Claudia Focks

Atlas de Acupuntura

Com seqüência de fotos e ilustrações, textos didáticos e indicações clínicas

Manole

Sumário

Pulmão (P)

Intestino Grosso (IG)

Estômago (E)

Baço-Pâncreas (BP)

Coração (C)

Intestino Delgado (ID)

TEOREMA DOS 8 PTOS:
Ig4; P7; Pc 6; E36; TA6, BP6; B40; ID3

Golden Points → P7; Ig 4; Ig 11; Ig 20; E36; BP4; BP6; Id5; B40; B60; PC6; TA

Ponto Leigo → P9; Ig4; E30; E32; BP5; BP6; ID3; B10, 11; 17; 38; 54; 60
R2; R24; Pc9; VB20; 34; 39; F2; F3; VC17

CÁLCULO RENAL

B23 B47 BP6 R3

FASE AGUDA

B23 E25 REN6 BP9 F3 R3

FASE CRÔNICA

umidade calor

B22 E28 BP9 E36 REN6

Deficiência do Rim

B23 REN6 REN4 BP9 R3

DEPRESSÃO

- Estase do Qi de GAN

F3; PC6; Ren17; F14; E36; Bp6

- Estase do Qi que se converte em fogo

F3; F2; Vb34; E36; E25 e F14

- Acúmulo de fleuma

B18; F14 Ren17 Ren22 Pc6 E40 E36 e Bp6

B18; F14 Ren17 Ren22 e

- Com Ansiedade

B15; Ren14; Ren17; B43; C7; Pc6

- Deficiência em Xin e Pi

B15; B20; Ren12 E36 Bp6 C7 e DU20

- Deficiência do Yin e excesso de fogo

B15 B18 B23 B20 F3 F5 R3 e C6

MEMÓRIA FRACA

E36; BP3; DU20; B15; DU14; B20; B49 ← Deficiência do Baço Pâncreas

R3; REN4; DU20; B15; B23; B52 ← Deficiência da Essência do Rim

C5; B15; B44; Ren6; DU14; Ren6; E40; Ren14 ← Deficiência do Coração

C. Focks

Atlas de Acupuntura

C5, BP3, B15, B20 VG20 → fortalecer a memória e a concentração em estudante antes da realização de provas

Prefácio

"Passo a passo, desde a busca do ponto até a picada." Esta é a concepção que se imprime no presente atlas fotográfico.

O objetivo aqui foi desenvolver um atlas de acupuntura que, além de fornecer orientações topográficas e anatômicas sobre os pontos, oferece também, e principalmente, uma ajuda prática para que os pontos possam ser encontrados na superfície do corpo.

A princípio, esta obra foi concebida para os iniciantes, contudo ela oferece também, àqueles que já possuem um conhecimento avançado, valiosas informações sobre a exata localização anatômica dos pontos e sobre as técnicas de inserção da agulha. Os conhecimentos adquiridos nos cursos práticos podem ser aprofundados; e a sua transposição para a clínica, facilitada por uma revisão rápida, clara e baseada em fotografias.

Este livro compreende os 122 pontos de acupuntura puncionados com mais freqüência, conforme se pôde comprovar empiricamente.

Para a escolha de tais pontos, eu, além disso, orientei-me pelos compêndios das mais importantes associações de acupuntura em língua alemã. Um outro critério para esta seleção foi o fato de o ponto possibilitar que a agulha fosse inserida com certa facilidade (e sem envolver muitos riscos) inclusive pelos iniciantes. Porém, como este livro é, acima de tudo, um "atlas para a procura dos pontos", por vezes acabei optando por alguns pontos mais difíceis de serem localizados (p. ex., o ID-6) em vez de outros também significativos, mais fáceis de serem encontrados (p. ex., o E-44).

Respeitando, portanto, todos esses critérios, foi-me relativamente simples escolher esses 122 pontos de acupuntura. Nos últimos 22, procurei, então, pontos fundamentais para o tratamento de doenças do aparelho locomotor e do sistema nervoso, pois estes são, na maioria das vezes, tratados com bastante eficácia pela terapia com acupuntura, sendo de sucesso promissor para os iniciantes.

A descrição dos pontos apresentada logo no início é uma *introdução* às técnicas de acupuntura. Ela abrange, dentre outros tópicos, os métodos para a localização dos pontos, informações sobre o posicionamento do paciente, um panorama das técnicas de inserção e de estimulação da agulha, bem como um resumo de como escolher as agulhas para a acupuntura auricular e corporal, oferecendo, portanto, os fundamentos teóricos para os capítulos seguintes.

Na apresentação de cada um dos pontos individualmente, procurei fazê-la de uma forma didaticamente relevante.

Foram preparadas duas páginas para cada um deles.

Página à esquerda:
A página à esquerda contém duas figuras para a apresentação da posição anatômica dos pontos, bem como, sob o título "Localização", uma descrição topográfica destes. Além disso, ela apresenta ainda

- *Função Tradicional*, isto é, o significado e o efeito do ponto, de acordo com os critérios da Medicina Tradicional Chinesa;
- *Indicação*, diferenciando-a em indicações locais, relacionadas ao meridiano e gerais e seus respectivos efeitos;
- *Quadro de Observações*, com um resumo dos significados mais importantes do ponto.

Página à direita:
Nesta parte, são apresentados

- *Como Encontrar*, com instruções para o posicionamento do paciente e uma explicação passo a passo para a localização do ponto, acompanhado de uma série de fotos;
- *Punção*, indicando a direção e a profundidade da picada e as possíveis sensações da agulha; uma foto do processo de inserção da agulha esclarece o procedimento a ser adotado de forma que ele possa ser facilmente aplicado;
- *Posição da Agulha* in situ, ilustrada mais uma vez por meio de uma fotografia.

Considerações Finais

A nomenclatura chinesa dos pontos corresponde ao padrão WHO (publicado em 1991). Baseei-me nas seguintes publicações para a tradução dos nomes chineses:

- SCHMIDT, J. M. *Die klassischen Akupunkturpunkte, Geschichte und Synopsis ihrer deutschen Übersetzungen von 1954 bis 1988,* ML Verlag Ulzen;
- MACIOCIA, G. *Grundlagen der chinesischen Medizin*, Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr, Kötzting 1994 (tradução para o alemão do Dr. A. Höll);
- Na apresentação de M. Hammes para o "*Namensgebung der Akupunkturpunkte*" na revista *Aku* (*Akupunktur, Theorie und Praxis* 4/92, 1/93, 4/93, 4/94).

Porém, de forma a não comprometer a inteligibilidade e a utilidade prática deste livro, algumas vezes mantive a tradução dos nomes comumente usada nos países de língua alemã, ainda que não totalmente correta, para a indicação das abreviaturas e a classificação dos meridianos. Na lista de abreviaturas, são apresentados também sinônimos para auxiliar a orientação.

Claudia Focks
Essen, Alemanha

Agradecimentos

Agradeço a todos os participantes (e foram muitos!) que me ajudaram na concepção, no desenvolvimento e, sobretudo, na transformação de minhas idéias num livro bom e interessante.
Meu agradecimento especial aos modelos, que permitiram que fossem picados durante horas a fio sob os escaldantes refletores do estúdio fotográfico Lübeck e não perderam sua expressão de relaxamento nem o entusiasmo neste projeto. Acima de tudo, gostaria de agradecer sinceramente à nossa fotógrafa Anja Messerschmidt, que, com um empenho admirável, com grande precisão e rapidez, conseguiu registrar todas as pontas de agulhas, inclusive as mais finas.
Pelas construtivas consultas técnicas, agradeço à minha professora chinesa, a senhora Qin Ai Ping, bem como o senhor Stefan Kirchhoff e ao Dr. Stefan Englert pelas informações e pelo estímulo. Agradeço à Dra. Hänel pelo apoio conceitual e de conteúdo na elaboração dos capítulos sobre acupuntura auricular.
Gostaria de agradecer ainda aos colegas da editora Gustav Fischer pelo fecundo trabalho em conjunto. Isso vale em especial para a senhora Birgit Dahl, pela extenuante organização da preparação deste livro; ao meu editor, senhor Andreas Beutel, e à Dra. Sabine Schmidt, pelas várias informações, idéias e críticas durante a elaboração do manuscrito e das séries de fotos.
Agradeço ao senhor Andreas Bentfeld bem como aos colegas da *prepress/ulm* pela excelente elaboração das fotos.
Agradeço também à senhora Gerda Raichle pelas ótimas ilustrações de anatomia e às senhoras Alexandra Loch e Elke Engbert pela preparação do texto.
Aos colegas da *prepress/ulm*, eu agradeço também pela bem-sucedida transformação dos conceitos didáticos do texto.
Já no âmbito familiar, gostaria de agradecer carinhosamente pelos prestimosos espíritos, cujo incansável esforço possibilitou a realização (ainda que temporária) do projeto deste livro: ao meu marido Christoph Ranzinger, a meus pais, Alfons e Paula Focks, à senhora Eva-Maria Ranzinger e à senhora Christa Skopp.
Gostaria de dedicar este atlas ao meu querido filho Lasse, que "padeceu" na barriga da mãe as sessões de fotos na Lübeck, e à minha sapeca filha Tabea, que, durante a fase de concepção do livro, teve muitas vezes de abrir mão da minha companhia nas brincadeiras.

Abreviaturas

A., Aa.	Artéria, artérias
C1-C7	Segmento cervical 1-7
chin.	chinês
cron.	crônico
tsun	Medição corporal chinesa, profundidade da picada
cm	centímetro
L1-L5	Segmento lombar 1-5
M., Mm.	Músculo, músculos
max.	máximo
min.	mínimo
mm	milímetro
N., Nn.	Nervo, nervos
PA	Ponto auricular
S1-S5	Segmento sacral 1-5
Tab.	Tabela
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
T1-T12	Segmento torácico 1-12
p. ex.	por exemplo
W	de acordo com a prática ocidental

Glossário

Meridianos Principais (Canal de energia, Jing Mai)		
Meridiano Principal	**Abreviatura**	**Nomenclatura Chinesa**
do Pulmão	P	Taiyin da mão
do Intestino Grosso	IG	Yangming da mão
do Estômago	E	Yangming do pé
do Baço/Pâncreas (Baço)	BP	Taiyin do pé
do Coração	C	Shaoyin da mão
do Intestino Delgado	ID	Taiyang da mão
da Bexiga	B	Taiyang do pé
do Rim	R	Shaoyin do pé
da Circulação (Pericárdio, Circulação/Sexo, Mestre do Coração)	CS	Jueyin da mão
do Triplo Aquecedor (Sanjiao)	TA	Shaoyang da mão
da Vesícula Biliar	VB	Shaoyang do pé
do Fígado	F	Jueyin do pé
8 Meridianos Extraordinários (Meridianos Maravilhosos, Meridianos Curiosos, Qi Jing Ba Mai)		
Vaso	**Abreviatura**	**Outras Nomenclaturas**
Vaso Governador	VG (Du)	Du Mai
Vaso Concepção	VC (Ren)	Ren Mai
Chong Mai	–	Canal de energia penetrante
Dai Mai	–	Canal de energia da cintura
Yin Qiao Mai	–	Canal de energia equilibrador de Yin Qi
Yang Qiao Mai	–	Canal de energia equilibrador de Yang Qi
Yin Wei Mai	–	Canal de energia, ligação dos canais Yin
Yang Wei Mai	–	Canal de energia, ligação dos canais Yang

Classificação dos pontos

Ponto	**Sinônimo**
Ponto *Yuan*	Ponto Fonte
Ponto *Luo*	Ponto de Conexão
Ponto *Xi*	Ponto de Acúmulo de Energia
Ponto *Shu* Dorsal	Ponto de Adesão
Ponto *Mo*	Ponto de Alarme
Ponto *Ting*	(Poço); Meridiano *Yin*: Ponto Madeira, Meridiano *Yang*: Ponto Metal
Ponto *Iong*	(Riacho); Meridiano *Yin*: Ponto Fogo, Meridiano *Yang*: Ponto Água
Ponto *Iu*	(Lago); Meridiano *Yin*: Ponto Terra, Meridiano *Yang*: Ponto Madeira
Ponto *King*	(Rio); Meridiano *Yin*: Ponto Metal, Meridiano *Yang*: Ponto Fogo
Ponto *Ho*	(Mar); Meridiano *Yin*: Ponto Água, Meridiano *Yang*: Ponto Terra
Ponto de Associação	Ponto *Jiaohui*, Ponto Comum, Ponto de União
Ponto *Ho* Inferior	Ponto inferior que tem influência nas vísceras, Ponto Reunião *Xiaohe* inferior
Ponto de Confluência	Ponto de Ligação, Ponto de Reunião, Ponto de Abertura
Ponto de Influência	Pontos *Huei*, 8 pontos que têm grande influência nos órgãos
Ex	Pontos Extras, pontos fora dos meridianos principais
Ex-CP	Pontos Extras da Cabeça e do Pescoço
Ex-MI	Pontos Extras dos Membros Inferiores
Ex-MS	Pontos Extras dos Membros Superiores

Definições

- *Sensação Te-Qi:* "sensação da agulha" é a sensação que o paciente tem quando a agulha atinge o ponto de acupuntura e o estimula. Alcançar essa sensação é um critério que indica se o ponto foi atingido em sua localização e sua profundidade corretas e se ele foi ativado. Por meio de diferentes técnicas de estimulação (ver p. XIII) pode-se tentar desencadear a sensação *Te-Qi*.
  Características: depois da dor aguda da picada, tem-se, então, uma sensação típica como pressão, tensão ou adormecimento, sensação de peso ou queimação, uma dor sombria que se propaga, sensação de formigamento ou irradiação elétrica no ponto; com freqüência, também ocorre uma irradiação sombria ou formigamento ao longo dos meridianos. Fala-se, então, da assim chamada "propagação da sensação da agulha", PSC: *propagated sensation along the channel*. A intensidade do *Te-Qi* varia conforme a área do corpo e depende também da espessura da inervação do tecido. Além disso, ela é influenciada pela constituição física do paciente e pela gravidade da doença. Segundo Kitzinger (1995), pode-se observar uma predominância no tipo do *Te-Qi* dependendo da estrutura do tecido: nos troncos nervosos, e, em 50% dos casos, ocorre adormecimento e em 21%, distensão (sensação de tensão); no poriósteo predomina a sensação de ulceração e na musculatura, além da sensação de ulceração, tem-se também distensão (sensação de tensão); enquanto nos vasos sangüíneos, na maioria das vezes, dor.
- *Ponto-Gatilho (Trigger Point):* é um ponto na musculatura ou na articulação sensível à pressão, cuja palpação pode provocar uma dolorosa irradiação (que ultrapassa o ponto local). Entretanto, pode-se sentir também uma dor de ponto de desencadeamento reflexa independente dele, com freqüência percebida totalmente distante da sua origem. Se o ponto de desencadeamento for "bloqueado", por exemplo, por uma infiltração com anestesia local, então a dor reflexa também desaparecerá. Em geral, os pontos de desencadeamento localizam-se nas miogeloses anatômicas correlatas. Segundo Melzack, cerca de 80% dos pontos de acupuntura da região da cabeça e do pescoço têm pontos de desencadeamento idênticos.

Uma condição muito importante para que todo tratamento de acupuntura seja bem-sucedido é, dentre outras coisas, que se conheça a exata localização do ponto, bem como a técnica correta de inserção da agulha. Esta breve introdução não pretende substituir um curso, mas sim servir como uma revisão auxiliar para os capítulos seguintes.

Acupuntura Corporal

Métodos de Localização

Os pontos de acupuntura podem ser localizados utilizando-se os seguintes métodos:

• **Relação Anatômica:** muitos pontos de acupuntura estão localizados em locais anatômicos característicos, por exemplo, em depressões, em anexos musculares e tendinosos, em dobras da pele, nas fissuras das articulações, nas saliências dos ossos etc. Na correta localização e nos exercícios correspondentes, o dedo que palpa quase cai nestas depressões. Além disso, os pontos podem ser percebidos devido a uma alteração na consistência da pele, à sua sensibilidade à pressão, ao inchaço e ao obstáculo que causa ao suave deslizamento do dedo que palpa. Alguns pontos só podem ser encontrados quando se colocam específicas partes do corpo em determinadas posições, por exemplo, o ponto **IG-11** é localizado mediante a flexão do cotovelo; os pontos **P-7** e **IG-6**, com empunhadura boca de tigre etc.

• **Medição proporcional da distância dos pontos:** comumente se utilizam os valores *tsun* individuais (ver quadro à direita).

• **Aparelhos elétricos para a localização dos pontos:** neste caso, mede-se a resistência elétrica da pele nos pontos. De um modo geral, ela é reduzida na região dos pontos de acupuntura. Este método de localização é utilizado principalmente na acupuntura auricular.

• **Técnica *very point* (segundo Gleditsch, 1979):** segurando a agulha com leveza, esta deve ser conduzida por sobre a pele, e, então, ela fica "pendurada" em um ponto com uma picada leve, frouxa e tangente, penetrando na pele quase sozinha. Acha-se, portanto, o ponto relevante para a inserção da agulha.

Medidas *tsun* no corpo

Os chineses utilizam como unidade de medida das distâncias do corpo o *tsun*. Ao contrário do *tsun* chinês oficialmente fixado (1 *tsun* corresponde a 2,5 cm), na medicina ele é empregado como medidas relativas às proporções corporais individuais.

Esta "unidade de medida relativa" é definida por meio do comprimento dos dedos do paciente em questão (*tsun* dos dedos) ou da distância entre duas partes determinadas do corpo deste (*tsun* do corpo).

Para a localização de muitos dos pontos, bastam as medições com o *tsun* dos dedos, freqüentemente utilizadas na clínica. O importante na medição é que se tome os dedos do paciente como uma unidade de medida — e não os do terapeuta. No caso de as medidas do corpo do terapeuta serem mais ou menos iguais às do paciente, para facilitar, pode-se fazer a medição com o *tsun* do terapeuta. Uma adaptação nos valores das distâncias dos dedos do terapeuta, por exemplo, um alargamento ou um estreitamento colocando-se os dedos juntos na transversal ou um acréscimo pensado à medição com o *tsun* do polegar, pode corrigir pequenas diferenças em relação ao *tsun* do paciente.

O *tsun* do corpo, em contrapartida, considera apenas as proporções de partes isoladas do corpo por meio da medida das distâncias regionais. Essas distâncias são, então, divididas em um determinado número de partes. Na clínica cotidiana, o uso dessa subdivisão diferenciada, na maioria das vezes, mostra-se muito dispendiosa. Freqüentemente, acaba sendo suficiente somente a técnica do palmo de mão (para a determinação dos centros dos trechos) combinada à medição com o *tsun* dos dedos e à palpação. Para facilitar a medição com o *tsun* do corpo durante a prática clínica e, sobretudo, para a correta localização dos pontos da região abdominal (devido à variação individual no formato do abdome), tem dado bons resultados a utilização de uma fita de borracha lavável, com 1-2 cm de largura e 40 cm de comprimento, em partes com 2 cm cada e numerá-las de 1 até 20. A fita é, então, colocada entre as extremidades do trecho estabelecido; como a medida *tsun* deste já é conhecida, pode-se determinar, assim, a escala *tsun* relativa e cada estatura individual.

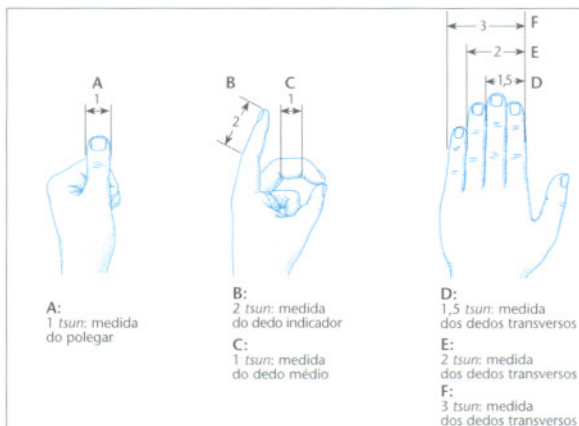
A: 1 *tsun*: medida do polegar

B: 2 *tsun*: medida do dedo indicador

C: 1 *tsun*: medida do dedo médio

D: 1,5 *tsun*: medida dos dedos transversos

E: 2 *tsun*: medida dos dedos transversos

F: 3 *tsun*: medida dos dedos transversos

***Tsun* dos dedos**

A: 1 *tsun* como medida do polegar: é a medida da falange distal do polegar na sua parte mais larga.

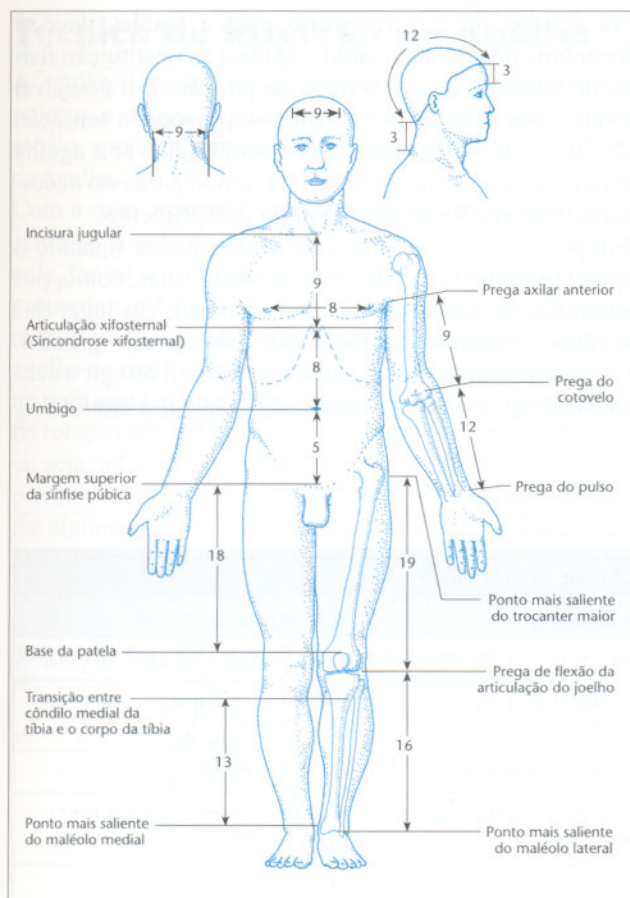
B: 2 *tsun* como medida do dedo indicador: é a medida do comprimento total da falange média e da falange distal do dedo indicador.

C: 1 *tsun* como medida do dedo médio: é a distância dentre as duas extremidades das pregas de flexão da porção média do dedo médio, quando a ponta deste dedo toca a ponta do polegar.

D: 1,5 *tsun* como medida dos dedos transversos: é a largura dos dedos indicador e médio juntos, tomada na altura da segunda articulação interfalângica.

E: 2 *tsun* como medida dos dedos transversos: é a largura dos dedos indicador, médio e anular juntos, tomada na região das falanges distais.

F: 3 *tsun* como medida dos dedos transversos: é a largura dos dedos indicador, médio, anular e mínimo, tomada na altura da segunda articulação interfalângica.

Cabeça	
12 *tsun*	Longitudinal: da linha de implantação anterior do cabelo até a linha de implantação posterior do cabelo
3 *tsun*	Longitudinal: da glabela até a linha de implantação anterior do cabelo
3 *tsun*	Longitudinal: da margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra cervical até a linha de implantação posterior do cabelo
18 *tsun*	Longitudinal: do ponto *Yintang* (Ex-CP-3) até o ponto VG-14
9 *tsun*	Horizontal: da extremidade direita até a extremidade esquerda do processo mastóide
9 *tsun*	Horizontal: do ponto E-8 direito até o ponto E-8 esquerdo
Tórax e Abdome	
9 *tsun*	Longitudinal: da incisura jugular (VC-22) até a articulação xifosternal (sincondrose xifosternal)
8 *tsun*	Longitudinal: da articulação xifosternal (sincondrose xifosternal) até o umbigo
5 *tsun*	Longitudinal: do umbigo até a margem superior da sínfise púbica
8 *tsun*	Horizontal: da papila mamária direita até a papila mamária esquerda
12 *tsun*	Longitudinal lateral: do ápice da axila até a extremidade livre da 11ª costela (F-13)
Costas e Região Lombar	
Longitudinal: as linhas-mestras para os pontos são as relações anatômicas com os processos espinhosos das vértebras e os espaços intercostais. Pontos de orientação: processo espinhoso da 7ª vértebra cervical, ângulo inferior da escápula na altura da margem inferior do processo espinhoso da 7ª ou 8ª vértebra torácica, crista ilíaca (4ª vértebra lombar) e espinha ilíaca póstero-superior na altura do processo espinhoso da 2ª vértebra sacral ou entre a 1ª e 2ª vértebra sacral	
30 *tsun*	Longitudinal: do processo espinhoso da 1ª vértebra torácica até a extremidade do osso coccígeo
3 *tsun*	Horizontal: margem medial da escápula até a linha do processo espinhoso, quando os braços estão cruzados em frente ao peito
Membros Superiores	
9 *tsun*	Da prega axilar anterior até a prega do cotovelo
12 *tsun*	Da prega do cotovelo até a prega do pulso
Membros Inferiores	
19 *tsun*	Lateral: do ponto mais saliente do trocanter maior até a prega de flexão da articulação do joelho
16 *tsun*	Lateral: da prega de flexão da articulação do joelho até o ponto mais saliente do maléolo lateral
18 *tsun*	Medial: da margem superior da sínfise púbica até a base da patela
13 *tsun*	Medial: do côndilo medial da tíbia (na transição para o corpo da tíbia) até o ponto mais saliente do maléolo medial
14 *tsun*	Do sulco infraglúteo até a prega de flexão da articulação do joelho
1 *tsun*	Diferença entre a altura da saliência do maléolo medial e a do maléolo lateral
3 *tsun*	Da saliência do maléolo lateral até a crista inferior do calcâneo

Posição do Paciente

Para que o paciente fique em uma posição confortável, é recomendável o uso de divãs apropriados e largos e de objetos que auxiliem a acomodação, como travesseiros, almofadas para a nuca e jarretes. O paciente, parcialmente despido, deve ser coberto com um lençol de algodão ou de seda leve. Os pés podem ser mantidos aquecidos com uma bolsa de água quente ou com radiação infravermelha. Pode-se escolher as seguintes posições:

- *Decúbito dorsal:* é a melhor posição para se evitar um colapso pela agulha e para se obter maior relaxamento. Desvantagem: a inserção de agulhas nos pontos dorsais fica limitada.
- *Decúbito ventral:* indicado para a inserção de agulhas nos pontos do Meridiano Principal da Bexiga (portanto, nas costas) ou para o tratamento de moxabustão dos pontos dorsais. Desvantagem: em geral, esta posição não é tolerada por muito tempo.
- *Decúbito lateral:* indicado para a inserção de agulhas na parte lateral da perna e na região lateral das costelas e, ao mesmo tempo, em pontos nas costas ou no abdome. Desvantagem: a localização dos pontos dorsais e do abdome é complicada porque fica difícil orientar-se pela anatomia e o paciente não consegue um relaxamento satisfatório.
- *Sentada ou em pé:* nestas posições, todos os pontos podem ser facilmente encontrados. Elas também são úteis para a execução de exercícios de movimentação do paciente no caso de se precisar estimular pontos distantes. Sentado é possível apoiar a cabeça no espaldar da cadeira, por exemplo, no caso de inserção de agulhas na região do pescoço ou da nuca (conforme a localização do ponto, com alongamento ou com flexão da região do pescoço). Quando o paciente está sentado, ele pode apoiar seu braço confortavelmente em uma mesa ou na cadeira para que as agulhas sejam, então, inseridas nos pontos dos braços ou das mãos. Desvantagem da posição sentada ou em pé: perigo de colapso e pouco relaxamento.

! Nos pontos dorsais, por exemplo nos pontos *Shu* dorsais do Meridiano Principal da Bexiga, as agulhas podem ser inseridas oblíqua e subcutaneamente, de modo que, durante o tempo de permanência da agulha, o paciente possa deitar em decúbito dorsal. Dessa forma, durante uma sessão, é possível inserir agulhas também na parte ventral do corpo, por exemplo na região do abdome. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenos emplastros, evitando-se, assim, que elas penetrem mais profundamente quando ele deitar de costas.

Como escolher a agulha

Por questões de segurança e deliberações judiciais, recomenda-se o uso de agulhas de aço descartáveis. Sobretudo na acupuntura auricular francesa, aplicam-se, entretanto, também agulhas de ouro e prata. O padrão internacional são as agulhas com três centímetros de comprimento e 0,3 milímetros de espessura, pois elas servem para todas as partes do corpo. Uma haste de metal espiralada pode ser útil quando se precisa utilizar as técnicas de estimulação. Ela também é recomendável no tratamento com moxabustão ou quando se aplica a eletroacupuntura.

Na escolha do material certo para a agulha, deve-se levar em consideração tanto a idade e a constituição física do paciente quanto o lugar de punção. E o desejável é que, com a aplicação, consiga-se provocar a sensação *Te-Qi* (ver p. VIII), que só pode ser atingida se a agulha estiver suficientemente profunda, sendo para isso necessária uma agulha de determinado comprimento.
Em pacientes muito sensíveis, aconselha-se (quando o ponto permite) o uso de agulhas muito finas, como, por exemplo, as agulhas japonesas em bisel, em lugar das agulhas chinesas, normalmente um pouco grossas. Contudo, nestes casos, costuma ser difícil atingir a sensação *Te-Qi* e é mais complicado manejar a agulha.

Tipo de Paciente	Acupuntura Auricular	Acupuntura Facial*	Acupuntura Corporal
Crianças pequenas*	0,20 x 15; 0,16 x 30 (**)	0,20-0,25 x 15-25; 0,12 x 30 (**)	0,20 x 15-25; 0,12-0,16 x 30 (**)
Crianças até 14 anos	0,20 x 15-25	0,20-0,25 x 20-40: 0,16 x 30 (**)	0,25-0,30 x 20-50; 0,25 x 40 (**) e 0,30 x 50 (**)
Adultos	0,20-0,30 x 10-30	0,20-0,30 x 20-30; 0,16 x 30 (**)	0,25-0,35 x 25-60
Pacientes sensíveis à dor*	0,20-0,30 x 10-15	0,20 x 15-25; 0,16 x 30 (**) e 0,25 x 40 (**)	0,20-0,25 x 15-40; 0,25 x 40 (**) e 0,30 x 50 (**)

* dar preferência às agulhas japonesas em bisel
** tamanhos recomendáveis das agulhas no caso das agulhas japonesas em bisel

Técnica de Inserção da Agulha

A agulha deve ser segurada com a mão direita, com o polegar e o dedo indicador na sua haste. Com o dedo médio, apóia-se, então, o dedo indicador, próximo à base da agulha.

Com a mão esquerda, palpa-se o ponto de acupuntura e estira-se a pele (método do estiramento) ou, unindo a pele, faz-se uma prega (método da prega de pele). A mão esquerda também pode ser utilizada, por exemplo, para manter imóvel a cabeça do paciente, quando se insere a agulha na região da cabeça. A mão direita insere a agulha na pele rapidamente e empurra-a com leves movimentos de rotação até que seja atingida a profundidade indicada, ou seja, até que a sensação *Te-Qi* seja desencadeada (ver p. VIII). É aconselhável que se prepare o paciente dando-lhe algumas breves informações sobre o procedimento de inserção da agulha. Pode-se permitir que pacientes muito sensíveis à dor tussam brevemente durante a picada como uma forma de distraí-los. A ilustração abaixo apresenta outras técnicas de inserção da agulha:

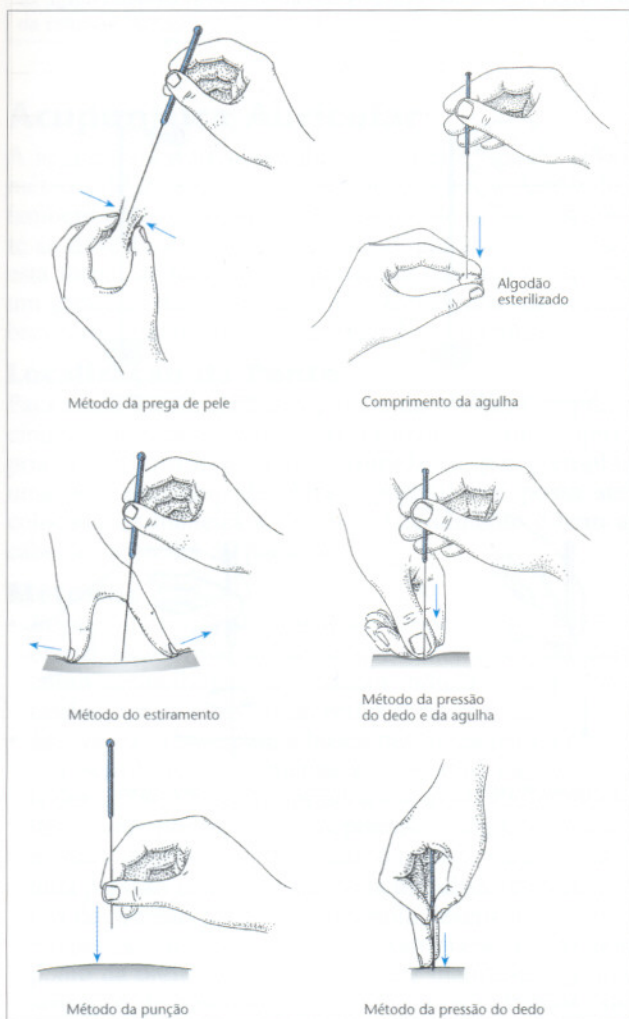
Método da prega de pele

Comprimento da agulha

Método do estiramento

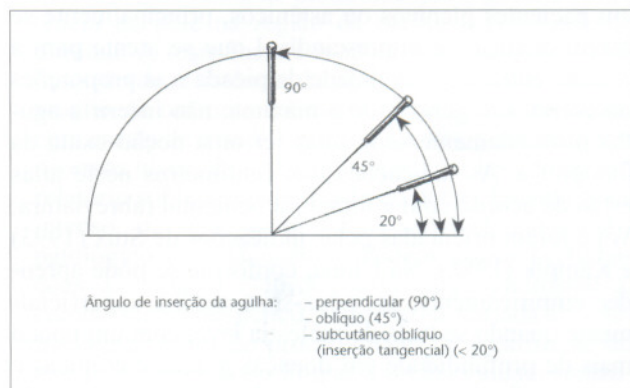
Método da pressão do dedo e da agulha

Método da punção

Método da pressão do dedo

Ângulo de Inserção da Agulha

O ângulo de inserção da agulha varia de acordo com cada um dos pontos. Porém, ele depende também da indicação, da afecção que se pretende tratar com ele. Pode-se distinguir os seguintes ângulos:

- *Perpendicular (90º, inserção vertical):* sobre musculaturas vigorosas ou espessas camadas de gordura na região dos quadris, nas nádegas, no abdome e nos membros inferiores e superiores.
- *Oblíqua (cerca de 45º):* apenas na região das entranhas não muito espessa, por exemplo, nos sulcos articulares ou na região de órgãos internos. **Atenção:** risco de causar ferimento nos órgãos!
- *Subcutâneo oblíquo ou subcutâneo horizontal (< 20º, inserção tangencial ou horizontal):* nos pontos de acupuntura em locais de camada muscular ou de gordura muito fina, por exemplo sobre os ossos cranianos. Além disso, como o método de penetração, por exemplo na perfuração subcutânea dos pontos **E-4** ao **E-6** ou na inserção subcutânea em outros pontos de acupuntura. A técnica subcutânea é aplicada principalmente na orelha (sobre esta ou dentro dela), na face, nas mãos e nos pés, bem como superficial aos nervos e vasos. Também em pontos vaso-ativos, a inserção tangencial ao longo dos vasos produz os melhores efeitos terapêuticos (p. ex., no ponto **E-42** ao longo da artéria dorsal do pé).

Ângulo de inserção da agulha: – perpendicular (90°) – oblíquo (45°) – subcutâneo oblíquo (inserção tangencial) (< 20°)

Profundidade da Picada

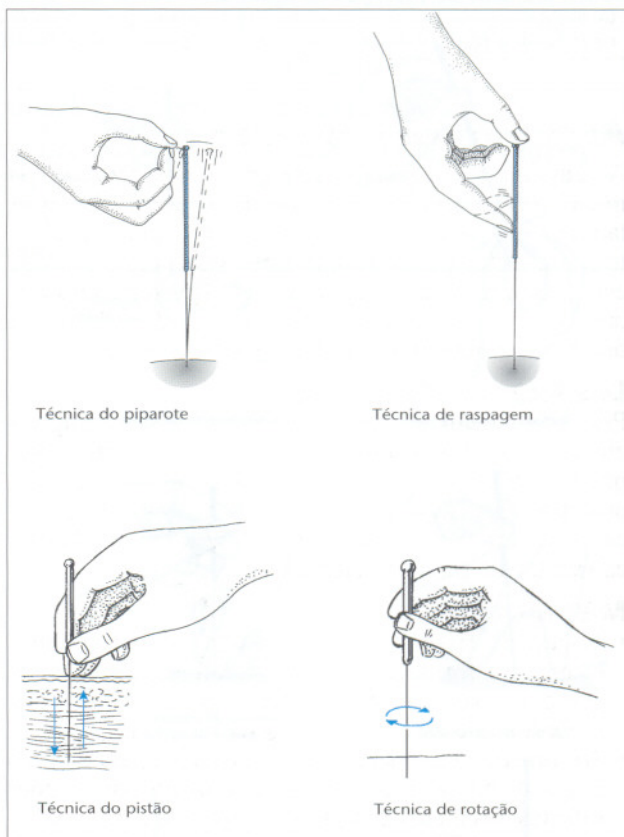
A profundidade da picada resulta da posição topográfico-anatômica do ponto e da estimulação pretendida. De qualquer forma, o que se deve objetivar é a ativação da sensação *Te-Qi* (ver. p. VIII) com a lenta inserção da agulha ao se atingir a profundidade determinada. Durante a inserção da agulha, é conveniente observar o paciente ou perguntar-lhe se a sensação *Te-Qi* foi atingida. Neste atlas, na maior parte das vezes, serão fornecidos para referência valores aproximados da profundidade da agulha, uma vez que esta depende muito da constituição física de cada indivíduo e da localização do ponto.

As *profundidades da picada* indicadas neste livro referem-se a adultos com uma constituição física mediana. As indicações de *tsun* foram, por sua vez, baseadas na literatura chinesa e nos conteúdos ministrados na Universidade de Pequim durante minha temporada de estudos na China.

Na República Popular da China, de um modo geral, a agulha é inserida com mais profundidade do que no Ocidente (p. ex., o método de perfuração de um ponto a outro). Uma agulha de 1 *tsun* corresponde, então, a 2,5 cm. Mas, por precaução, a profundidade da picada também deve estar relacionada com a proporção do corpo de cada indivíduo (ver também as informações sobre a medição com o *tsun* do corpo, p. IX). Sobretudo em pacientes pícnicos ou astênicos, principalmente se forem crianças, é imprescindível que se atente para a relação entre a profundidade da picada e as proporções do corpo. Em geral, vale a máxima: não inserir a agulha profundamente sem antes ter uma noção exata da topografia. As indicações dos centímetros neste atlas estão de acordo com a literatura ocidental (abreviatura: W) e foram orientadas pelas indicações de Stux (1993) e Kampik (1988). Na China, conforme se pôde aprender empiricamente, introduz-se a agulha superficialmente quando se trata de moléstia leve, com um pouco mais de profundidade em doenças graves e crônicas e muito profundamente nos casos de paralisia (sobretudo na região de musculatura das extremidades).

Estimulação da Agulha

Juntamente com o procedimento de inserção da agulha, pode-se atingir a sensação *Te-Qi* (ver p. VIII) ou intensificá-la manipulando-se ainda mais a agulha. Neste caso, a ponta da agulha deve ser dirigida para a região acometida pela doença, de forma que o *Jing-Qi* do Meridiano possa, do ponto, fluir até a área afetada. Na ilustração abaixo são apresentadas algumas técnicas possíveis para a estimulação.

Atenção: se durante a estimulação da agulha, além da sensação *Te-Qi*, o paciente também sentir dor, a manipulação tem de ser interrompida imediatamente. Considere, também, os parâmetros de estimulação na inserção da agulha (ver tabela, p. XV), a partir dos quais é possível saber se é necessário manipular de forma a tonificar ou a sedar. Quando se utiliza uma técnica de inserção neutra, em geral a estimulação costuma ser feita de forma mais ou menos intensa.

	Manipulação tonificante	Manipulação sedativa
Indicação	Moléstias crônicas e degenerativas, paciente fraco, estados de fraqueza e de debilidade (estados *Yin*), hipofunções	Moléstias agudas, paciente forte, estados de plenitude (estados *Yang*), hiperfunções, estados agudos de dor
Escolha da agulha	Agulhas finas	Agulhas grossas
Direção da picada	Inserir a agulha na direção do Meridiano	Inserir a agulha na direção contrária à do Meridiano
Como inserir a agulha	Quando o paciente expirar, superficialmente	Quando o paciente inspirar, profundamente
Estímulo causado pela manipulação	Fraca, suave e breve	Forte e demorada, repetir mais freqüentemente durante a sessão
Técnica de rotação	Girar em sentido horário	Girar em sentido anti-horário
Técnica do pistão para estimulação	Inserir rapidamente, retirar devagar: como se algo estivesse sendo "colocado" dentro do corpo	Inserir devagar, retirar rapidamente: como se algo estivesse sendo "retirado" do corpo
Tempo de permanência da agulha	5 a 20 minutos	10 a 30 minutos
Estimulação elétrica da agulha	Alta freqüência (> 30 Hz)	Baixa freqüência (1,5-8 Hz)
Como retirar a agulha	Rapidamente, quando o paciente inspirar	Lentamente, quando o paciente expirar
O lugar da inserção da agulha depois da retirada desta	"Fechar" o ponto imediatamente com uma mecha e fazer uma breve micromassagem	Deixar o ponto aberto, permitindo que ele sangre

Acupuntura Auricular

A acupuntura auricular difere em muitos aspectos do método de terapia da acupuntura corporal. Contudo, também neste caso, antes do tratamento de um paciente se deve fazer sempre um curso que possibilite que esta forma de terapia seja praticada sob supervisão de um especialista. A seguir serão fornecidos, de forma breve, os fundamentos essenciais desta técnica.

Localização do Ponto

Para exata localização dos pontos na orelha, é imprescindível uma boa iluminação. O melhor e mais apropriado é utilizar a luz natural filtrada ou, por exemplo, uma pequena lâmpada clara e portátil que possa ser colocada de maneira a iluminar lateralmente e bem a cabeça e a orelha do paciente.

Métodos

- *Inspeção:* fissuras (rágades), vesículas, pequenas cicatrizes, formação de caspa, alterações de cor, como vermelhidão etc., podem indicar doenças nos órgãos, tendo estas zonas reflexas na orelha.
- *Mecânica:* a base para a busca mecânica para o ponto é a sensibilidade aumentada à pressão nas regiões reflexas. Os meios apropriados são as sondas embotadas, como, por exemplo, as pontas de lápis ou instrumentos semelhantes; contudo, o melhor para garantir uma pressão constante são os manipuladores mecânicos de pressão com ponta de mola desenvolvidos por Nogier. Com esse aparelho, examina-se ponto por ponto da orelha até que o paciente manifeste alguma sensação de desconforto ou, em casos extremos, até que o rosto se contraia de dor ("fenômeno da careta", segundo Nogier). Desvantagem: é um longo procedimento de investigação, dependente do trabalho conjunto com o paciente e da sensibilidade subjetiva deste à dor.
- *Elétrico:* nos casos de distúrbios nos órgãos, a resistência da pele na região da orelha correspondente diminui. A resistência é medida por um aparelho de medição de resistência da pele (pontoscópio). Com o auxílio de um potenciômetro (na maioria das vezes com escala de irritabilidade de 1 a 10), pode-se medir diversos níveis de irritabilidade e, com isso, fazer um relatório sobre a sensibilidade do ponto. Quanto mais intenso, ou seja, quanto mais sensível, tanto mais patológico é o diagnóstico. Podem causar perturbações à medição elétrica: suor, carga eletrostática, campo eletromagnético, sobrecarga variada do eletrodo etc. Antes do procedimento de localização do ponto, recomenda-se limpar a orelha cuidadosamente com benzina ou álcool, pois, por exemplo, *sprays* de cabelo, gordura e sebo podem funcionar como uma camada isolante da pele e, com isso, dificultar ainda mais a localização do ponto.
- *RAC* (reflexo aurículo-cardíaco, reflexo de Leriche-Nogier ou ainda SVA: sinal vascular autônomo): o fundamento desta técnica é a modificação da onda de pulso na palpação do pulso radial durante a estimulação dos pontos da orelha irritados. A aprendizagem e o domínio do RAC somente são possíveis sob as orientações de um terapeuta bastante experiente e com profundos conhecimentos sobre o paciente. Desvantagem: muito dependente da sensibilidade

subjetiva do examinador; demanda uma prática constante; o teste é sensível a perturbações como, por exemplo, calosidade no polegar usado para palpar.
- *Técnica* very point (segundo Gleditsch, 1979): corresponde ao método de localização utilizado na acupuntura corporal (ver p. IX).

Técnica de Inserção da Agulha

- *Sustentação:* um absoluto controle da agulha é imprescindível para que seja inserida sem o risco de que erros sejam cometidos. A agulha auricular relativamente curta deve, por conseguinte, ser segurada pela extremidade externa do cabo e não pela interna.

- *Punção:* após a medição ou a palpação do ponto a ser tratado, com o dedo indicador da outra mão se apóia o verso da orelha, ou seja, o lado da orelha oposto àquele onde a agulha será inserida, estica-a e, então, insere-se a agulha rápida e ininterruptamente, fazendo-se também, eventualmente, movimentos giratórios. Com esta forma de manipulação, a técnica de inserção da agulha será mais segura e o ponto será encontrado com precisão, sendo mais confortável para o paciente. Segundo Linde (1994), no momento da inserção da agulha, o paciente deveria inspirar, fazendo com que, por um lado, ele se esquecesse da dor e, por outro, com que o parassimpático fosse ativado, de forma que a informação da agulha fosse assimilada de maneira ideal.

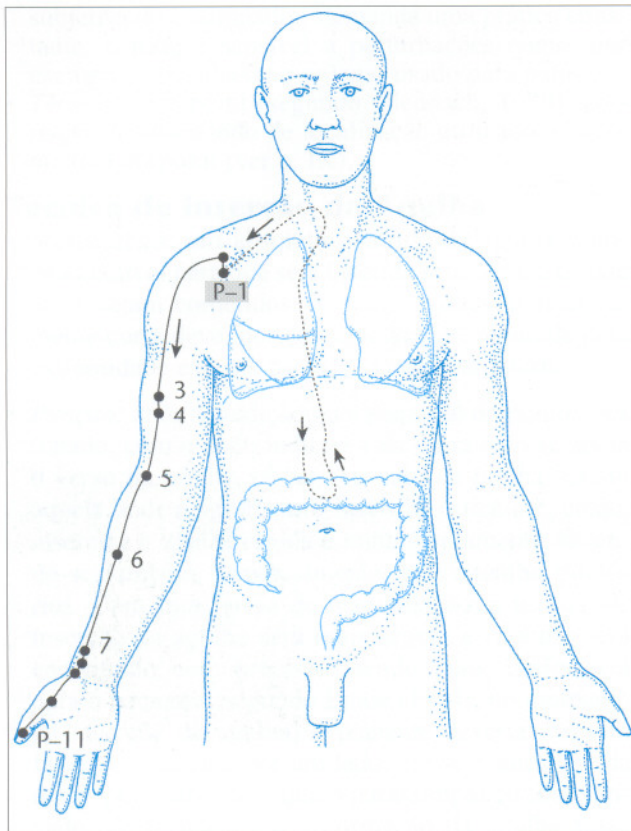
- *Direção da picada:* de acordo com a teoria da respectiva escola e a localização do ponto auricular, a inserção tangencial ou a perpendicular são as preferidas. No geral o que vale é: a inserção perpendicular é aplicada, sobretudo, em pontos do lóbulo e na concha e a inserção tangencial (10-20º) é própria, principalmente, para os pontos de difícil acesso, por exemplo os pontos sob a hélice.

- *Profundidade da picada:* ela terá, dependendo das proporções anatômicas, de um a dois milímetros. O objetivo é encontrar o centro da zona perturbada, o "ponto operante."
  Atenção: A orelha não deve nunca ser perfurada. Isso poderia significar um risco de pericondrite e de se desenvolver uma necrose de cartilagem!

- *Estimulação:* na acupuntura auricular chinesa, assim como na acupuntura corporal, pode-se reconhecer três técnicas de estimulação:
  - Técnica sedativa: consiste em inserir e puxar a agulha repetidas vezes de forma quase insignificante por 1-2 minutos com leve rotação.
  - Técnica tonificante: consiste na simples inserção da agulha, sem uma manipulação ulterior.
  - Estimulação mais ou menos intensa: a agulha inserida é estimulada por 1-2 minutos girando-a insistentemente em sentido horário.

  Devido a possíveis traumas na cartilagem da orelha, a estimulação dos pontos auriculares é considerada crítica e aplicada mais raramente do que na acupuntura corporal. Mais importante do que a manipulação da agulha é a exata localização do ponto.

- *Remoção da agulha:* pode ser efetuada com uma pequena rotação. Quando as agulhas estiverem "maduras", elas se desprenderão facilmente sem doer.

ZHONGFU Palácio central

- **Ponto *Mo* do pulmão**
- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Baço**
- **Importante ponto nos casos de doenças do trato respiratório**

Principal:

- *Doenças das vias respiratórias*: asma brônquica, bronquite, pneumonia, bronquiectasia, principalmente quando associadas a sintomas como tosse, dispnéia, dores torácicas e sensações torácicas de plenitude e de opressão (também no caso de acúmulo torácico de "mucosidade" ou de estagnação de sangue no Coração, por exemplo na angina de peito).
- Segundo G. Maciocia: ponto fundamental para o tratamento do segundo estágio (fase paroxística) da coqueluche.
- Segundo Bahr/Zeitler: nos casos de doenças da pele.

Localização

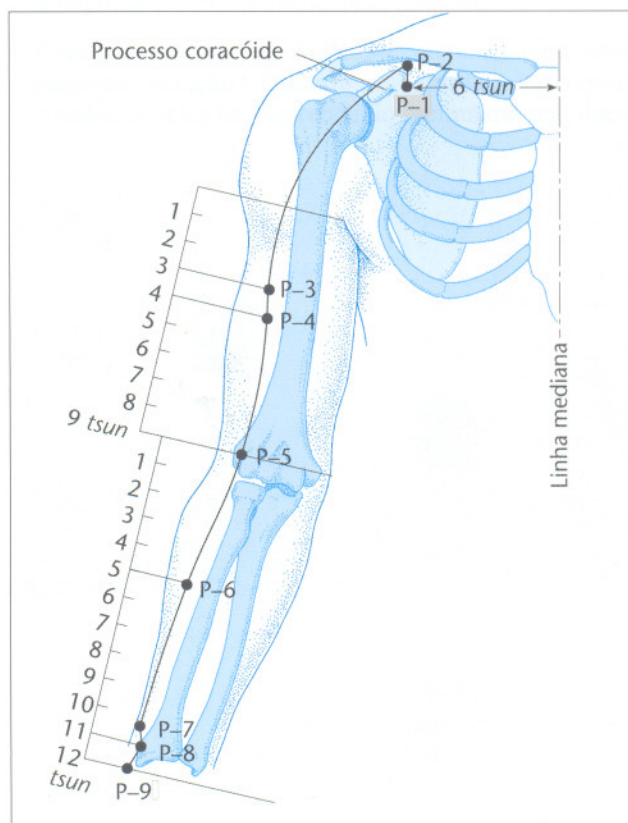
A 6 *tsun* laterais à linha mediana, a 1 *tsun* abaixo da clavícula, medialmente à ponta inferior do processo coracóide.

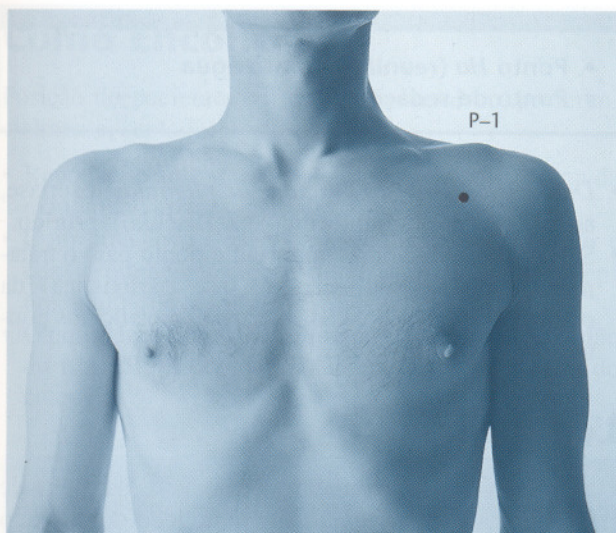
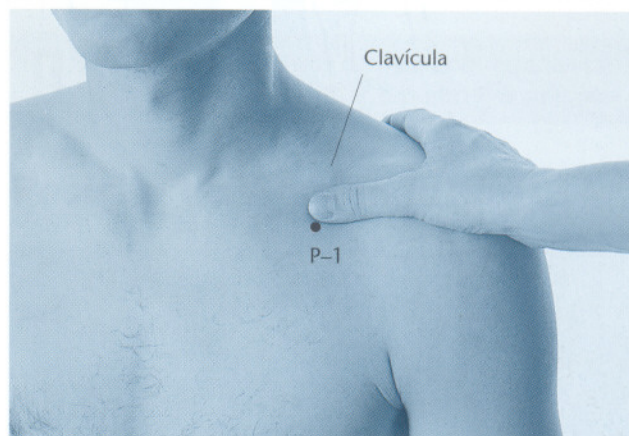
Função Tradicional

Propaga o *Qi* do pulmão e torna-o mais profundo, elimina calor, principalmente do Aquecedor Superior (calor do Pulmão), acalma a tosse.

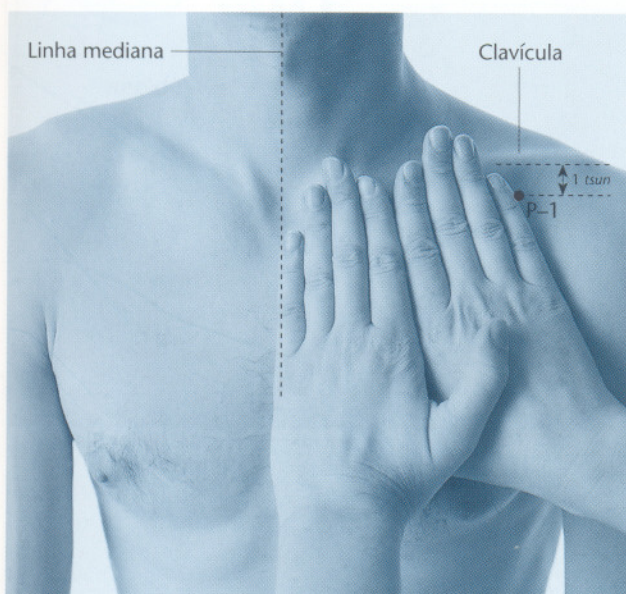
Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Pulmão, ele é sensível à palpação nos casos de doenças do trato respiratório.

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas na região dos ombros, da porção superior das costas e da parede lateral do tórax.

> **!**
> - O ponto **P-1** é o ponto *Mo* do Pulmão: é indicado, sobretudo, para os casos de síndromes de plenitude e distúrbios pulmonares agudos.
> - O ponto **B-13** (ver p. 98) é o ponto *Shu* dorsal do Pulmão: é mais indicado para os casos de síndromes gástricas e de distúrbios crônicos.
> - A associação dos pontos **P-1** e **B-13** (método *Shu-Mo*): intensifica a ação nos casos de doenças pulmonares graves crônicas ou agudas.

ZHONGFU Palácio central

> **!** O ponto **P-1** localiza-se na região do tendão do músculo peitoral menor, do músculo bíceps braquial (cabeça curta) e do músculo coracobraquial. Em geral, eles estão contraídos e doem quando palpados, nos casos de posturas incorretas. Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização: medir 6 *tsun* (duas vezes 4 dedos transversos) a partir da linha mediana ao longo da clavícula; o ponto **P-1** localiza-se, então, a 1 *tsun* (uma largura do polegar) abaixo da clavícula.

2ª Forma de Localização: palpar ao longo do trajeto da prega axilar anterior (contorno do músculo deltóide), para cima e em direção ao ombro, até sentir a proeminência de um osso (o processo coracóide); o ponto **P-1** localiza-se medialmente à ponta inferior do processo coracóide.

Punção

Direção da Picada: oblíqua para cima (cerca de 45°) e lateralmente em direção ao processo coracóide.

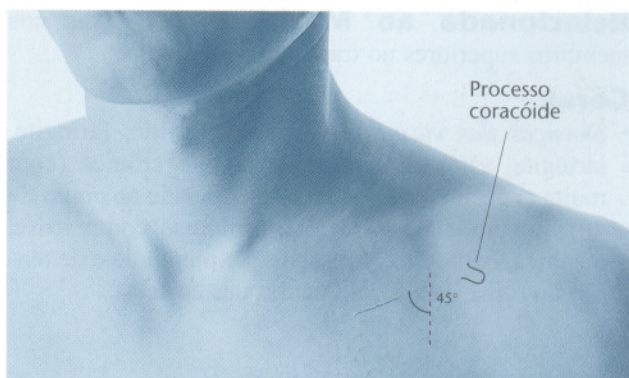
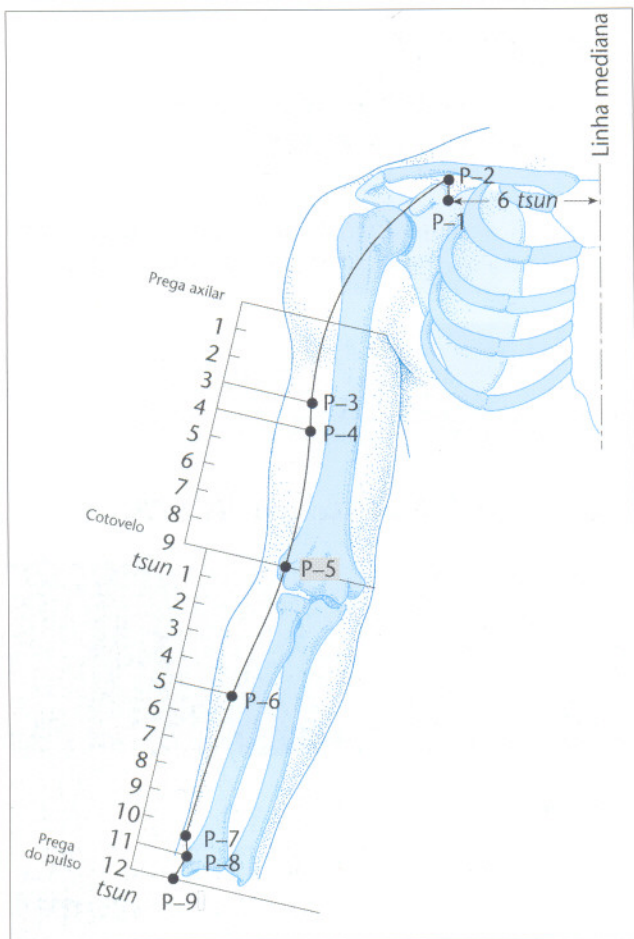
Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,3-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação *Te-Qi* ligeiramente dolorida, com propagação até o tórax e o braço.

Atenção: risco de pneumotórax quando a inserção da agulha for profunda e medial; ter muito cuidado principalmente com pacientes que sofrem de enfisema pulmonar!

Posição da Agulha *in situ*

CHIZE Brejo no cotovelo

- **Ponto *Ho* (reunião), ponto água**
- **Ponto de sedação**

Função Tradicional

Elimina o fogo do Pulmão e o calor do Aquecedor Superior, torna o *Qi* contracorrente do Pulmão mais profundo, elimina catarro do pulmão, relaxa o tórax.

Indicação

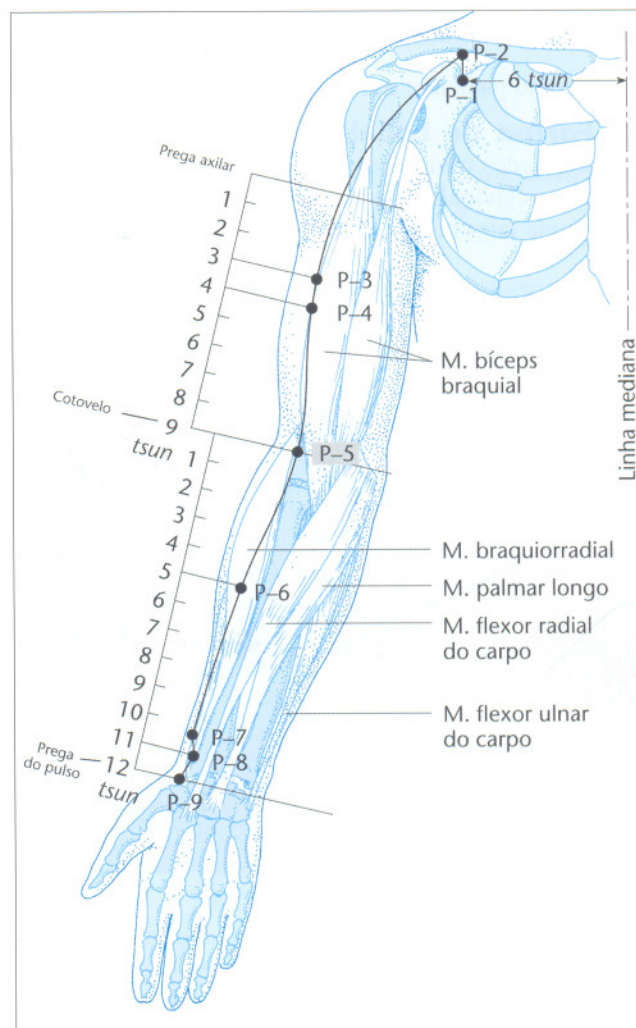
Local: queixas na região do cotovelo, como dor, edema, redução da mobilidade, artrite, epicondilite.

Relacionada ao Meridiano: queixas nos membros superiores no trajeto do Meridiano.

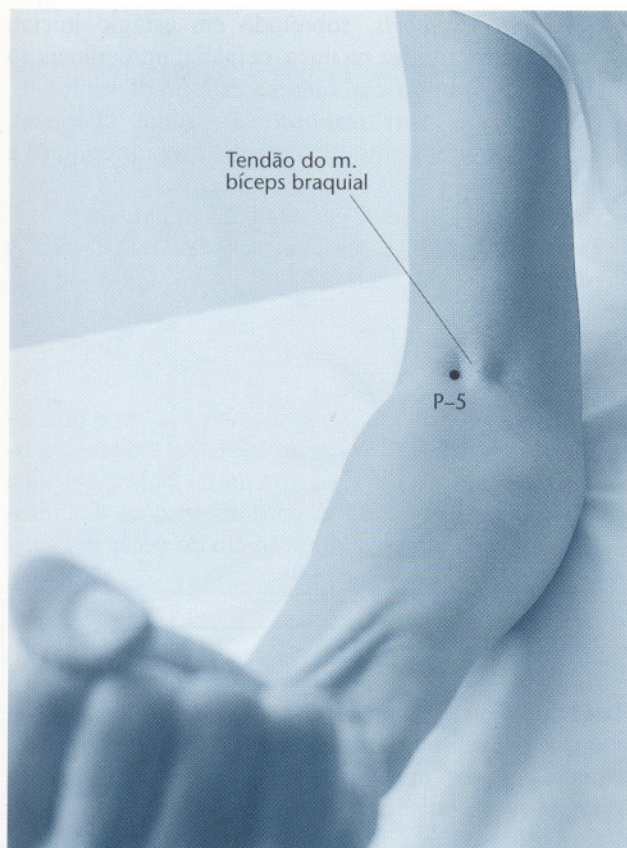
Geral:

- *Doenças das vias respiratórias*: tonsilite, faringite, laringite, asma brônquica, bronquite crônica (com muita expectoração de catarro: associado ao ponto **E-40**), pneumonia associada a sintomas como tosse, dispnéia, hemoptise, sensações de plenitude e de tensão no tórax e na região lateral das costelas.
- *Doenças da pele com estados de plenitude*: psoríase, acne, neurodermatite (segundo J. Bischko), prurido.
- Segundo G. Maciocia: importante ponto para o tratamento do segundo estágio (fase paroxística) da coqueluche, na maioria das vezes associado aos pontos **P-10** e **E-40**.

Localização

Com o cotovelo ligeiramente flexionado, na prega de flexão do cotovelo, radialmente ao tendão do músculo bíceps braquial.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado.

- Repousar o antebraço relaxadamente com a palma da mão voltada para cima.
- Com uma leve flexão da articulação do cotovelo e com o punho fechado, o tendão do músculo bíceps braquial pode ser mais bem visualizado.
- O ponto localiza-se radialmente em relação ao tendão do músculo bíceps braquial, na prega de flexão do cotovelo.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria ou adormecimento eletrizante com propagação ao longo do antebraço.

> **!** Nos casos de doenças da pele com estados de plenitude, pode-se deixar o ponto **P-5** sangrar.

Posição da Agulha *in situ*

GP

LIEQUE Fraca disposição

Função Tradicional

Propaga o *Qi* do pulmão e torna-o mais profundo, dissipa os fatores externos patogênicos como o vento e o frio, estimula a produção de suor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, abre o Vaso Concepção (VC).

Indicação

Local: queixas na região do pulso, inflamação da bainha tendínea.

Relacionada ao Meridiano:

- Dores, redução da mobilidade e paresia dos membros superiores.
- Ponto distante para os casos de queixas dos membros superiores.
- Ponto distante para os casos de queixas na região da nuca, por exemplo rigidez da nuca, dor de cabeça na região occipital (freqüentemente associado ao ponto **ID-3**).

- Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Pulmão
- Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano extraordinário Vaso Concepção (VC)
- Ponto distante eficaz para a nuca e o occipício

! No caso de hemicrania, insira a agulha no ponto contralateral.

Geral:

- *Constipações febris*, sobretudo em estágio inicial, com espirro, rigidez na nuca, cefaléia, intolerância ao frio e pulso superficial (ataque externo de vento).
- *Doenças das vias respiratórias*: rinite (alérgica), tosse, laringite, faringite, tonsilite, asma brônquica e bronquite.
- Paresia facial, trismo, neuralgia do trigêmeo.
- Segundo as indicações chinesas, também iscúria e edema.

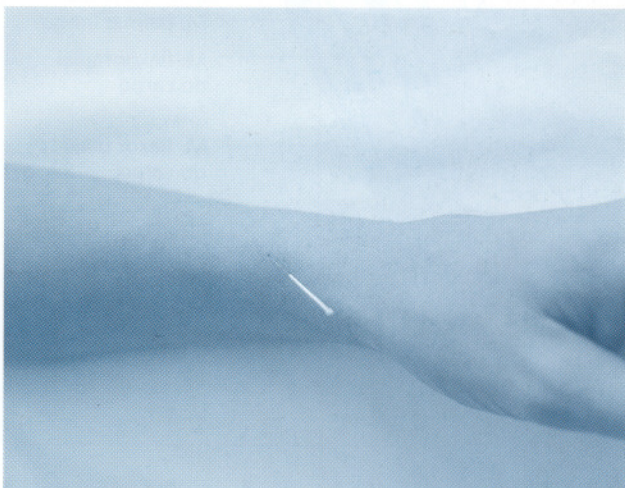
Localização

Radialmente no antebraço, diretamente sobre o processo estilóide do rádio e cerca de 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) acima (proximal) da prega do pulso, em uma depressão em forma de "v" entre os tendões dos músculos braquiorradial e abdutor longo do polegar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; para inserir a agulha, repousar o antebraço relaxadamente.

- *Empunhadura "boca de tigre"*: pedir ao paciente para cruzar os polegares e os dedos indicadores de ambas as mãos; com isso se evita a angulação entre a mão e o antebraço em ambos os membros.
- Colocar o dedo indicador de uma mão sobre o processo estilóide da outra: o ponto localiza-se, então, diretamente abaixo da ponta do dedo indicador.
- No ponto, pode-se sentir uma depressão (em forma de "v").

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: levantar a pele formando uma prega sobre o processo estilóide, inserir a agulha obliquamente nessa prega de pele em direção ao ombro (efeito sedativo, forma mais freqüente de inserção da agulha) ou obliquamente em direção ao pulso (efeito tonificante).

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria e uma dor que se propaga, além da dor da picada.

~~Ig4 Patologias da face e boca; epistaxe; diminuição da acuidade auditiva e visual, zumbido, afonia, dispneia, prurido, insônia, depressão e dismenorreia.~~

Patologias da cabeça e pescoço, cefaleia, cervicalgia, neuralgia facial, trigeminalgia.

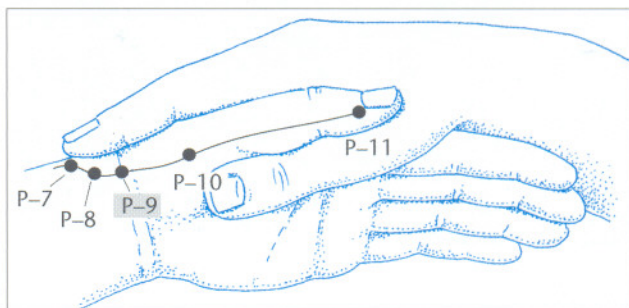
TAIYUAN Grande fonte d'água

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Pulmão
- Ponto *lu* (lago), ponto terra
- Ponto de tonificação
- Ponto de influência dos canais

Geral:

- *Doenças das vias respiratórias*: asma brônquica, bronquite (principalmente crônica), associadas a sintomas como tosse, dispnéia, hemoptise, inflamação na garganta como tonsilite, faringite e laringite.
- *Afecções nas veias e artérias*: arterosclerose, distúrbios da circulação sangüínea, M. Raynaud, tromboangiite obliterante, varicose.
- *Distúrbios cardíacos*: aceleração cardíaca indireta, por exemplo nos casos de palpitações e de dispnéia de esforço.

Localização

Na parte radial da prega de flexão do pulso, radial em relação ao local onde se toma o pulso (artéria radial).

Função Tradicional

Dissipa o fator externo patogênico, o vento, elimina o catarro, elimina calor do Aquecedor Superior e torna seu *Qi* mais profundo, fortalece o *Qi* e o *Yin* do Pulmão, estimula a circulação sangüínea e de *Qi*, acalma a tosse.

Indicação

Local: queixas no pulso.

Relacionada ao Meridiano: dores nos ombros e na parte lateral do tórax no trajeto do Meridiano, polineuropatia dos membros superiores.

TAIYUAN Grande fonte d'água

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; repousar o antebraço relaxadamente, com a palma da mão voltada para cima.

- Localização da prega de flexão do pulso: utilizar a prega de flexão que fica sobre a margem entre os ossos carpais e o rádio/ulna. Para uma orientação exata, deve-se palpar ulnarmente o osso pisiforme mais saliente, que marca a fileira proximal de ossos carpais. Na maioria das vezes, esta é a prega de flexão mais distal; ver também a apresentação da prega de flexão para o ponto **C-7** (ver p. 78).
- Com uma leve flexão do pulso, a prega de flexão correspondente pode ser melhor visualizada.
- Procurar a artéria radial na prega de flexão do pulso (pulsação).
- O ponto **P-9** localiza-se radialmente em relação a ela.

Punção

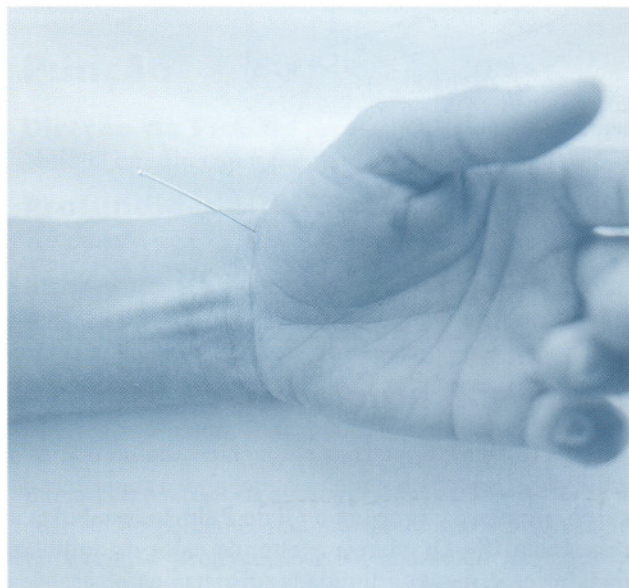
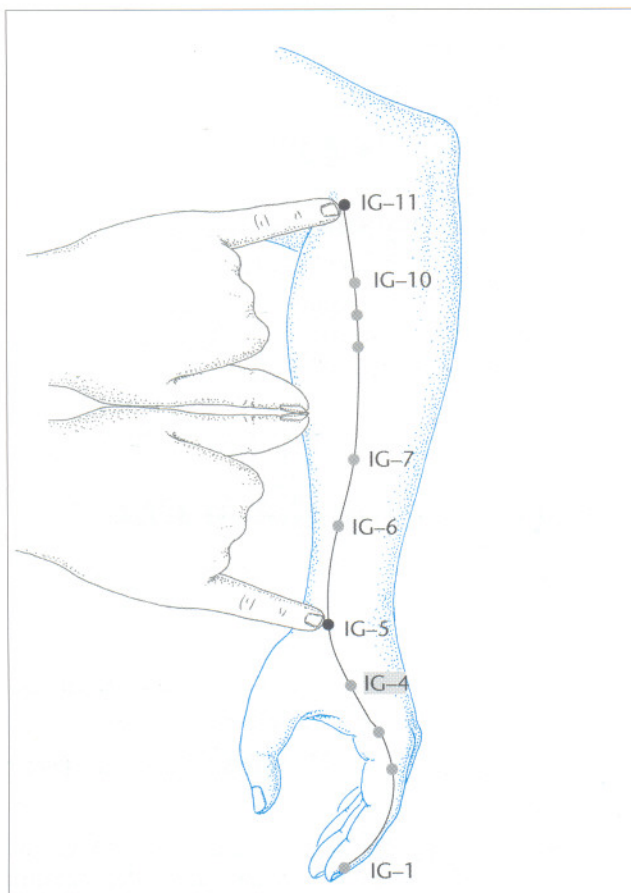
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Agulha: 0,2-0,5 *tsun* (W: 0,3-0,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria e uma leve dor que se propaga.

Atenção: a posição da agulha fica próxima à artéria radial (não realizar nenhuma estimulação quando houver pulsações da agulha!). No caso de acontecer uma punção involuntária, tenha cuidado para que seja feita compressão suficiente no lugar da pulsação!

Posição da Agulha *in situ*

IG-4 HEGU União do vale

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Intestino Grosso
- Ponto de analgesia mais importante, com efeito no corpo todo
- Importante ponto distante nos casos de afecções na região da cabeça e da face

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos como o frio, a umidade e, principalmente, o vento, abre a superfície do corpo, fortalece e propaga o *Qi* do Pulmão, estabiliza a resistência *Wei-Qi*, clareia e elimina calor do Pulmão, transforma e regula a umidade, dispersa as obstruções do Meridiano e torna-o corrente, ativa a circulação sangüínea e de *Qi* nos canais da rede, alivia as dores.

Indicação

Local: queixas na região do pulso e dos dedos, como dores e edema.

Relacionada ao Meridiano: queixas em todo o membro superior, principalmente no trajeto do Meridiano, também paresias (p. ex., devido à apoplexia) e polineuropatias.

Geral:

- *Ponto principal contra as dores* (aplicação na anestesia com acupuntura).
- *Queixas na região da cabeça e da face*: edemas dolorosos, enxaqueca, cefaléias, neuralgia do trigêmeo, afecções oculares, epistaxe, rinite alérgica, paresia facial periférica e tique, artrite da articulação temporomandibular e dor de dente.
- *Constipações*: rinite, sinusite, bronquite, inflamação na garganta como tonsilite, faringite e laringite.
- *Queixas abdominais*: diarréia e obstipação.
- Na *obstetrícia*, nos casos de contrações fracas e para facilitar o parto (p. ex., **IG-4** e **BP-6**).
- Para a *regulação da transpiração*:
  - nos casos de hiper-hidrose, associado ao ponto **R-7** (tonificante);
  - nos casos de anidrose, associado aos pontos **R-7** ou **P-7** (sedativo).

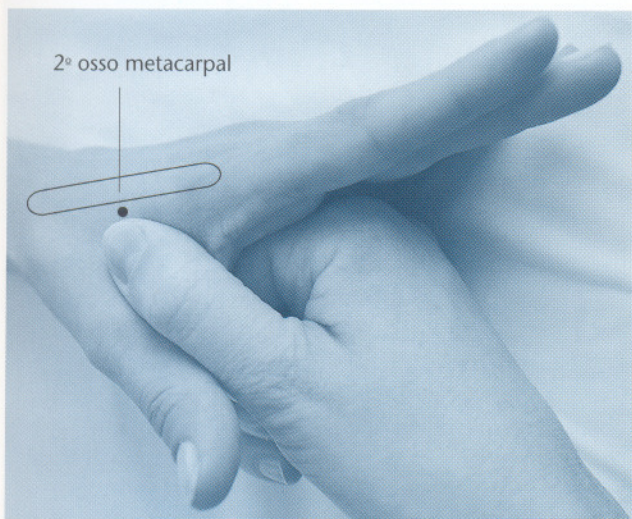
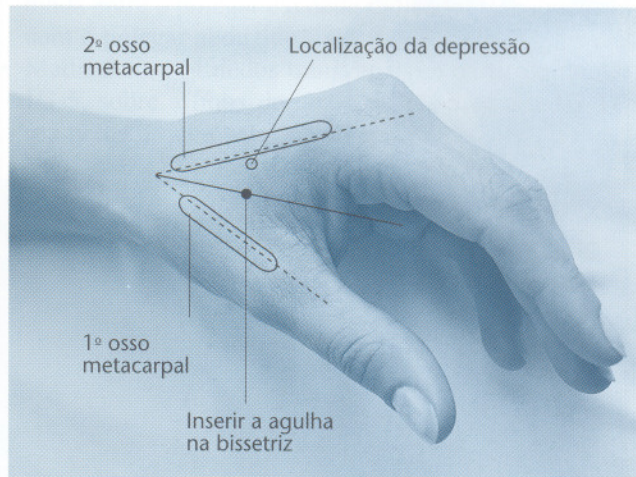
Localização

Sobre o lado radial, entre o 1º e o 2º ossos metacarpais (mais próximo do 2º e mais ou menos no meio do 2º metacarpo).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; repousar o antebraço relaxadamente.

1ª Forma de Localização: mantendo a mão reta, o paciente deve pressionar o polegar contra o dedo indicador. Com isso, o músculo adutor do polegar empurrará o músculo interósseo dorsal da mão para cima. Inserir a agulha no ponto mais saliente da proeminência muscular produzida e então, em seguida, relaxar outra vez a mão, rapidamente, e empurrar a agulha para a frente em direção à superfície inferior do 2º osso metacarpal. Este é o método mais utilizado para a localização do ponto.

2ª Forma de Localização: o paciente deve afastar o polegar e dedo indicador um do outro e colocar a falange distal do polegar da outra mão sobre a prega interdigital entre o polegar e o dedo indicador: com a flexão a ponta do polegar indica o ponto.

3ª Forma de Localização: o paciente deve apoiar o polegar. Inserir a agulha no meio da bissetriz entre o 1º e o 2º ossos metacarpais e empurrá-la para a frente em direção à palma da mão.

Punção

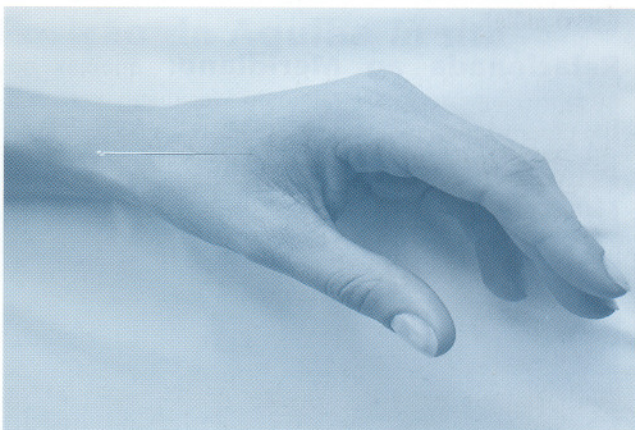
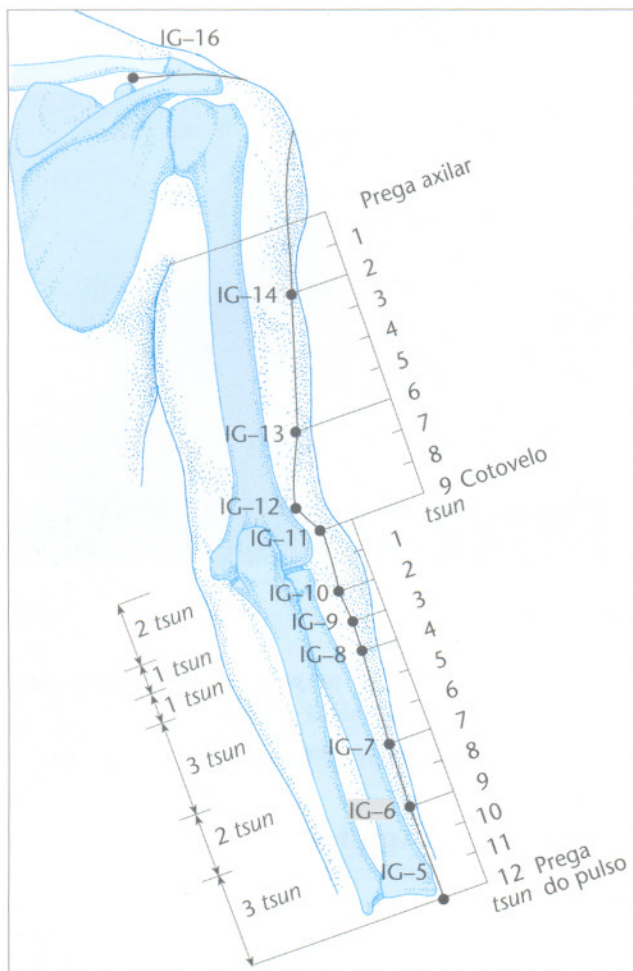
Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua em direção à palma da mão.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-1,5 cm).

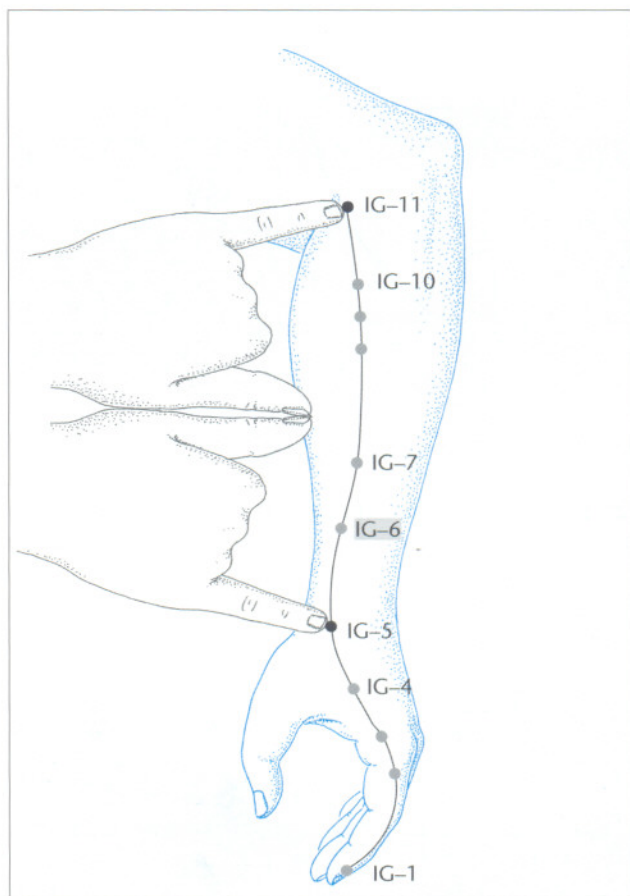
Sensação da Agulha: na maioria das vezes, uma sensação *Te-Qi* característica com uma dor sombria, adormecimento e sensação de calor até a ponta dos dedos ou até o cotovelo e, eventualmente, até o ombro.

Atenção: é contra-indicada durante a gravidez, exceto se for para facilitar o parto; como grande parte das intensas sensações da agulha pode levar facilmente a um colapso do paciente, recomenda-se que a inserção seja feita com o paciente deitado, sobretudo naqueles que estão submetendo-se à acupuntura pela primeira vez.

Posição da Agulha *in situ*

PIANLI Traçado oblíquo

- Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Intestino Grosso

Localização

A 3 *tsun* (4 dedos transversos) proximal ao ponto **IG-5**, na linha de união do ponto **IG-5** com o **IG-11**, entre os músculos abdutor longo do polegar e extensor curto do polegar, na altura da passagem entre o tendão e o ventre muscular.

Função Tradicional

Regula e abre a via das águas (do Pulmão), torna o Meridiano e os canais de rede correntes.

Indicação

Local: inflamação da bainha tendínea, neuralgias do nervo radial.

Relacionada ao Meridiano: queixas nos membros superiores no trajeto do Meridiano, epicondilite umerorradial (cotovelo de tenista).

Principal: epistaxe, edema facial e na mão, conjuntivite, zumbido, surdez, paresia facial, tonsilite.

!

- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
- Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para o antebraço dividida em 12 *tsun* (os 12 *tsun* correspondem à distância entre a prega do cotovelo e a prega do pulso).

Como Encontrar

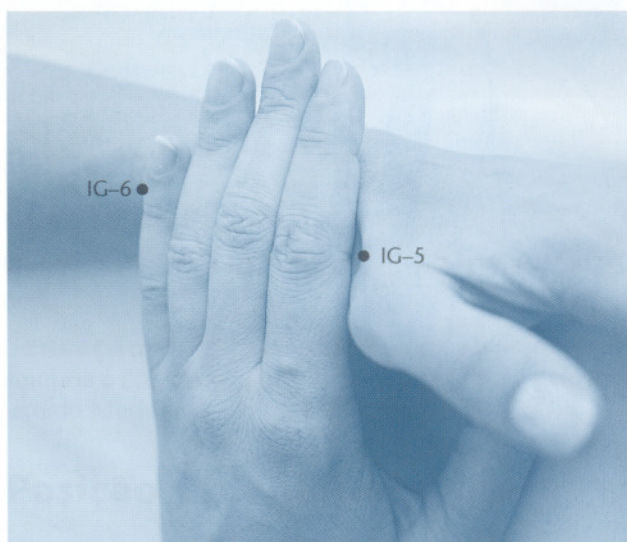
Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; para a inserção da agulha, repousar o antebraço relaxadamente.

1ª Forma de Localização:

- *Empunhadura "boca de tigre"*: pedir ao paciente para cruzar os polegares e os dedos indicadores de ambas as mãos; com isso se evita a angulação entre a mão e o antebraço em ambos os membros.

- Colocar o dedo indicador de uma mão sobre o processo estilóide da outra e encostar o dedo médio no dedo indicador. O ponto localiza-se, então, diretamente abaixo da ponta do dedo médio.

2ª Forma de Localização:

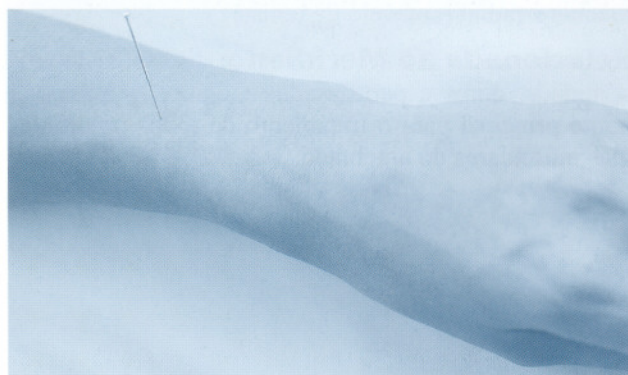
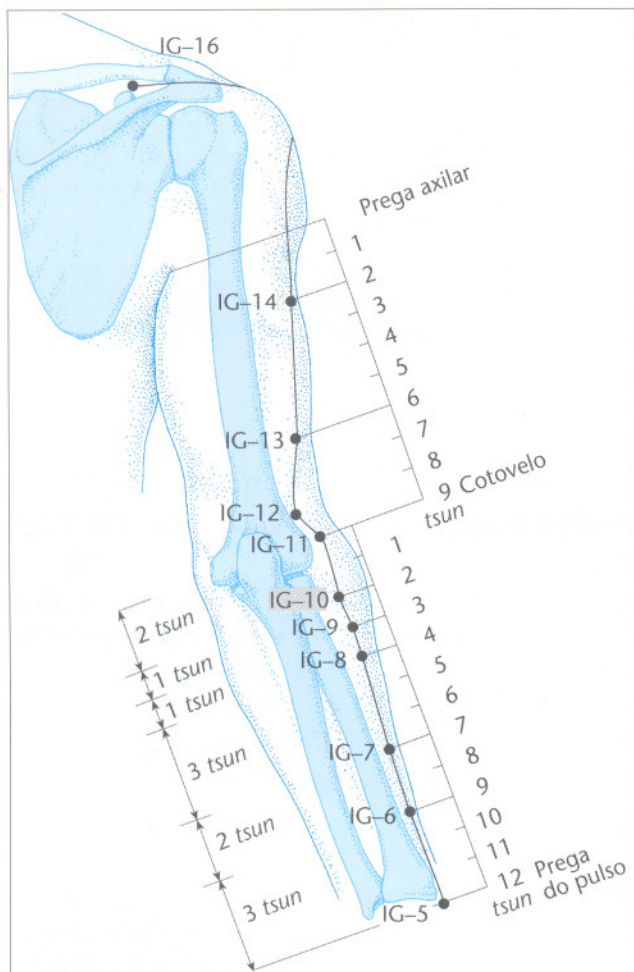
- O ponto **IG-5** localiza-se no meio da depressão formada entre o polegar e o dedo indicador (tabaqueira), com o polegar abduzido.
- Medir 3 *tsun* (4 dedos transversos) a partir do ponto **IG-5**, sobre a linha de união do **IG-5** com o **IG-11** (na prega do cotovelo) no antebraço.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua para cima em direção ao cotovelo, nos casos de distúrbios na região da cabeça; em direção ao tecido acometido, nos casos de inflamação da bainha tendínea.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria ou uma leve dor que se propaga, eventualmente com propagação ao longo do trajeto do Meridiano para cima ou para baixo.

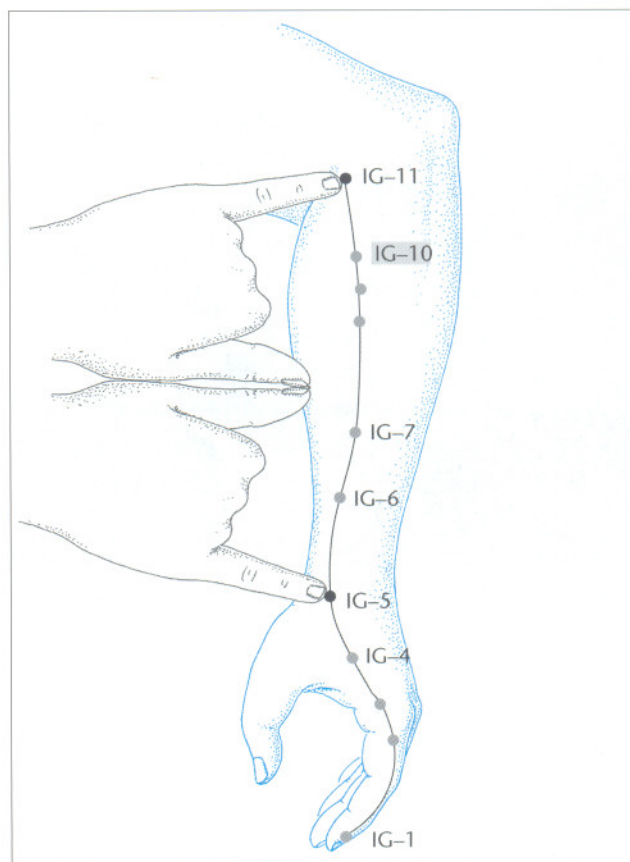
Posição da Agulha *in situ*

IG-10 SHOUSANLI Três distâncias no braço

- **Importante ponto local**
- **Aplicação freqüente em todos os casos de problema no trajeto do Meridiano Principal do Intestino Grosso**

Geral:

- Dor de dente (associado ao ponto **E-6**), paresia facial periférica, parotidite.
- Furúnculos e carbúnculos (associados aos pontos **IG-4** e **ID-6**).
- *Distúrbios do trato gastrintestinal* (na maioria das vezes associado ao ponto **E-36**) tais como distúrbios de digestão, dores do abdome, vômitos, diarréia, obstipação.

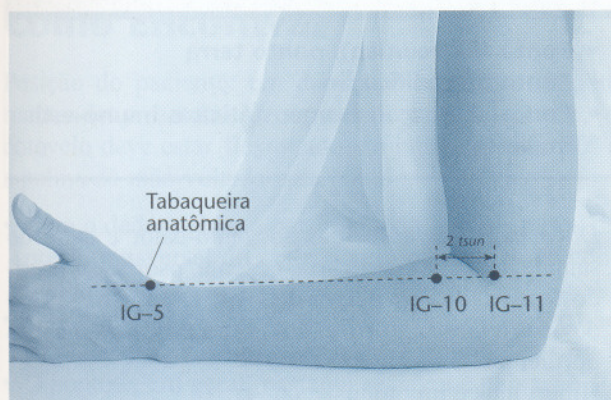
Localização

A 2 *tsun* (duas larguras do polegar) abaixo do ponto **IG-11** na linha de união com o **IG-5**, no músculo extensor radial longo do carpo, no caso de uma inserção mais profunda no músculo supinador; para que a linha de união fique mais evidente, manter o antebraço em uma posição intermediária.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, regula e fortalece o *Qi*, dispersa as obstruções do Meridiano, torna o Meridiano e os canais da rede correntes, harmoniza o estômago, regula os intestinos.

Indicação

Local: queixas na região do cotovelo, com epicondilite umerorradial (cotovelo de tenista).

Relacionada ao Meridiano: distúrbios da sensibilidade, dores e paresias dos membros superiores, ponto principal para o tratamento de todos os problemas musculares do antebraço.

- De acordo com as indicações apontadas, o ponto, em geral, é sensível à palpação.
- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
- Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para o antebraço dividida em 12 *tsun* (os 12 *tsun* correspondem à distância entre a prega do cotovelo e a prega do pulso).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; repousar o antebraço relaxadamente; o cotovelo deve estar flexionado em um ângulo de 90º e a palma da mão voltada para baixo.

- Localizar o ponto **IG-11** em uma depressão lateral na extremidade radial da prega do cotovelo.
- Medir 2 *tsun* (duas larguras do polegar) abaixo do **IG-11**, na linha de união com o ponto **IG-5** (no meio da tabaqueira).

Punção

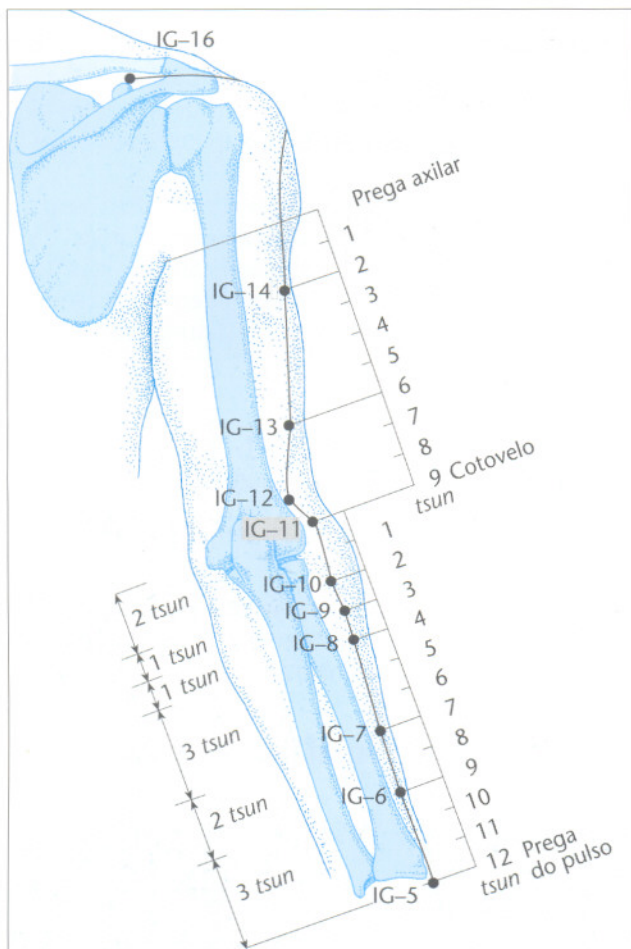
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 1-2 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria e dor, eventualmente com propagação pelo trajeto do Meridiano até o dorso da mão.

Posição da Agulha *in situ*

GP

QUCHI Curva da lagoa

- Ponto *Ho* (reunião), ponto terra
- Ponto de tonificação
- Ponto com ação homeostática e imuno-estimulante

Função Tradicional

Elimina calor e umidade, dissipa os fatores externos patogênicos como o vento e o frio, refresca os estados de calor internos, não importando sua causa e sua localização nos órgãos, regula a circulação sangüínea e de *Qi* nos Meridianos, fortalece os tendões e as articulações.

Indicação

Local: queixas na região do cotovelo, como epidondilite umerorradial (cotovelo de atleta).

Relacionada ao Meridiano: dor, distúrbios da sensibilidade, redução da mobilidade e paresias dos membros superiores e na região do ombro.

Geral:

- *Doenças com febre*: constipações febris, inflamações na garganta como laringite, faringite ou tonsilite, rinite, sinusite, bronquite.
- *Afecções do trato gastrintestinal* (associado aos pontos **E-36** e **CS-6**), como dores no abdome, vômitos, diarréia.
- *Doenças da pele* devidas ao vento-calor e calor do sangue, tais como urticária, eczema, psoríase e prurido (associado aos pontos **VG-14**, **E-36** e **BP-10**), e devidas à umidade-calor, tais como acne e exantemas purulentos.
- Hipertônus e hipotônus.
- Bócio edematoso (devido à ação de eliminação da umidade).
- *Queixas climatérias* como sensações súbitas e momentâneas de calor.

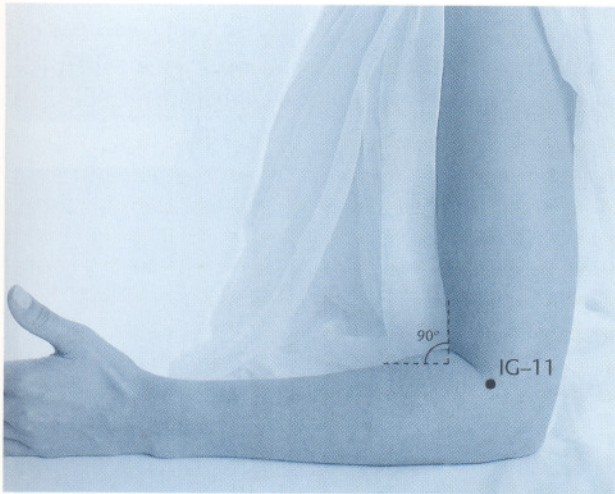
Localização

Com o cotovelo flexionado em um ângulo de 90º, na extremidade lateral da prega do cotovelo em uma depressão entre a extremidade da prega e o epicôndio lateral, na região do músculo extensor radial longo do carpo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente; o cotovelo deve estar flexionado em um ângulo de 90º e a palma da mão voltada para baixo.

- Com o dedo, palpar a partir da extremidade radial da prega transversal do cotovelo em direção ao epicôndilo lateral.
- O ponto **IG-11** localiza-se, então, em uma depressão na região do músculo extensor radial longo do carpo.
- O ponto é, em geral, bastante sensível à palpação.

> **!** Se houver duas pregas no cotovelo, puxe a pele em direção ao olécrano e dessa forma aparecerá a prega a ser utilizada.

Punção

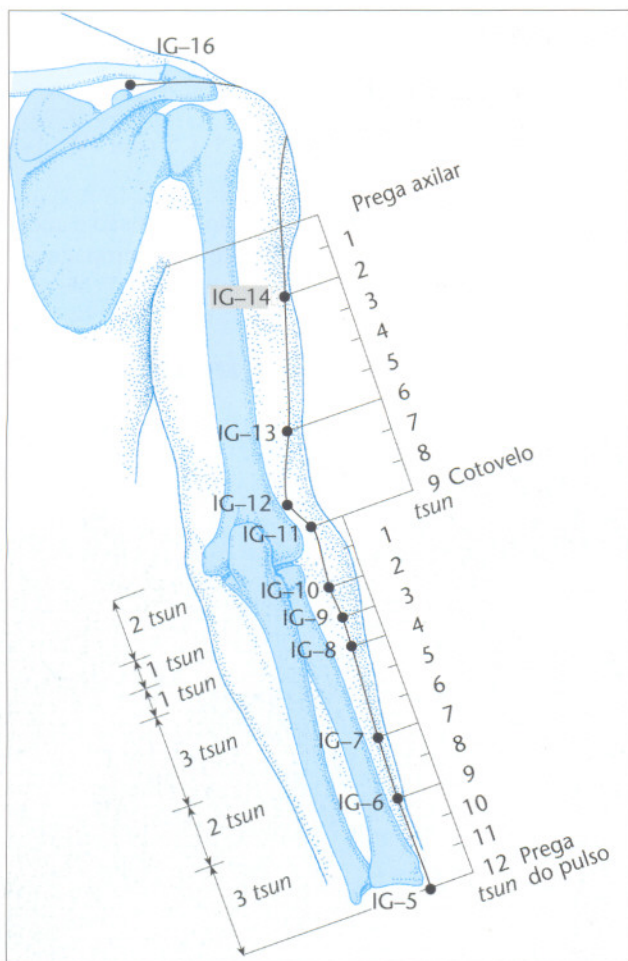
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 1-1,5 *tsun* (W: 1-3 cm).

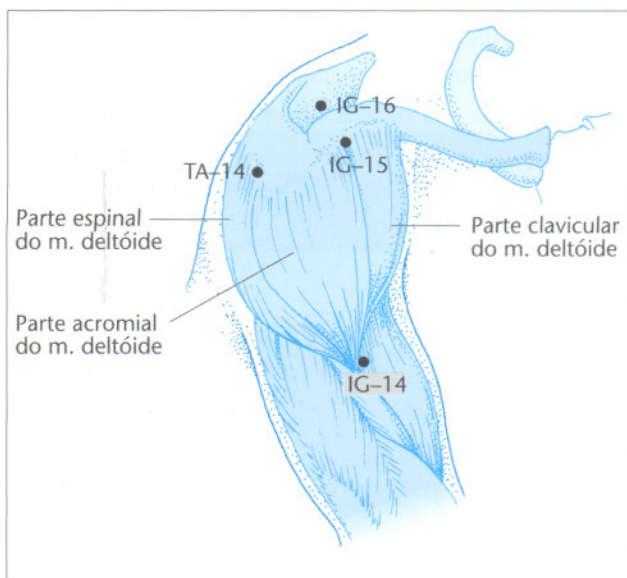
Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios, eventualmente com propagação até o pulso, até as mãos ou até o ombro.

Posição da Agulha *in situ*

Dor no joelho, ombros e costas; urticária, doença da pe
dor de garganta e dente, dor no peito

BINAO Músculo do braço

- Importante ponto local

Localização

A 7 *tsun* do ponto **IG-11** e sobre a tuberosidade deltóidea do úmero, na linha de união do ponto **IG-11** com o **IG-5**, na parte lateral do braço.

Função Tradicional

Dispersa as obstruções do Meridiano e torna o meridiano e os canais da rede correntes, alivia as dores, clareia a visão.

Indicação

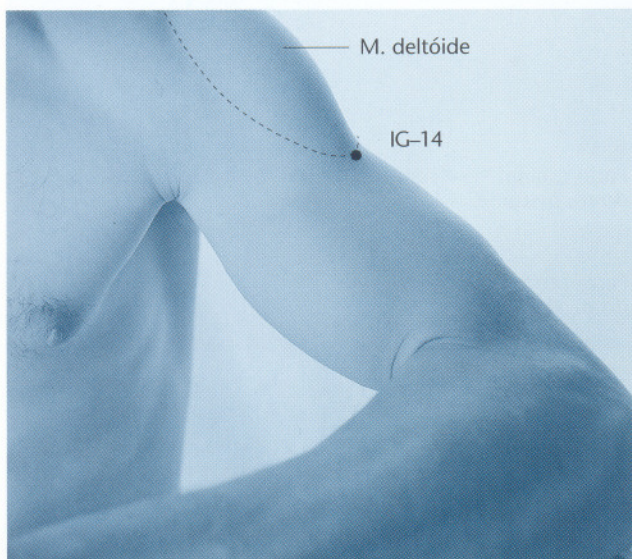
Local e Relacionada ao Meridiano: queixas na região do ombro e dos membros superiores, como dores, redução da mobilidade, paresias, neuralgias, periartrite glenoumeral, rigidez na nuca.

Principal: afecções oculares (associado com os pontos **IG-2**, **IG-4** e **VB-37**).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado.

- O cotovelo deve ser flexionado; deixar o braço ligeiramente abduzido causando, assim, tensão do músculo (p. ex., mediante resistência), de forma que o músculo deltóide possa ser reconhecido mais facilmente.
- O ponto localiza-se mais ou menos sobre a tuberosidade deltóidea do úmero.
- Se o paciente levar o braço em direção ao nariz, a ponta tocará o ponto.

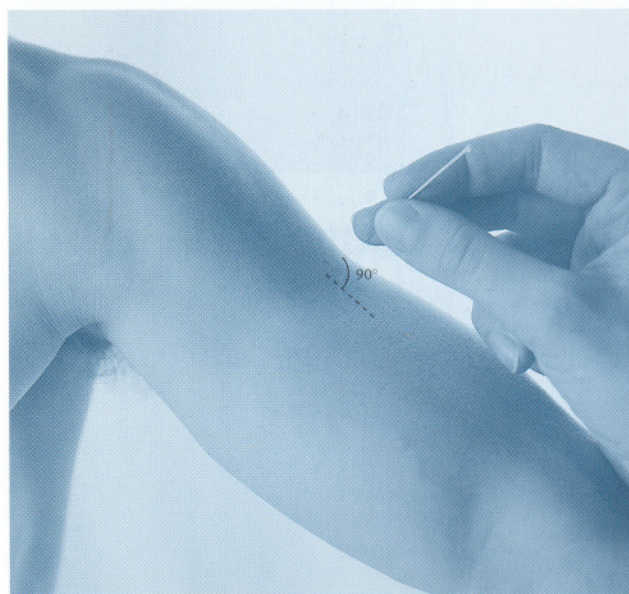
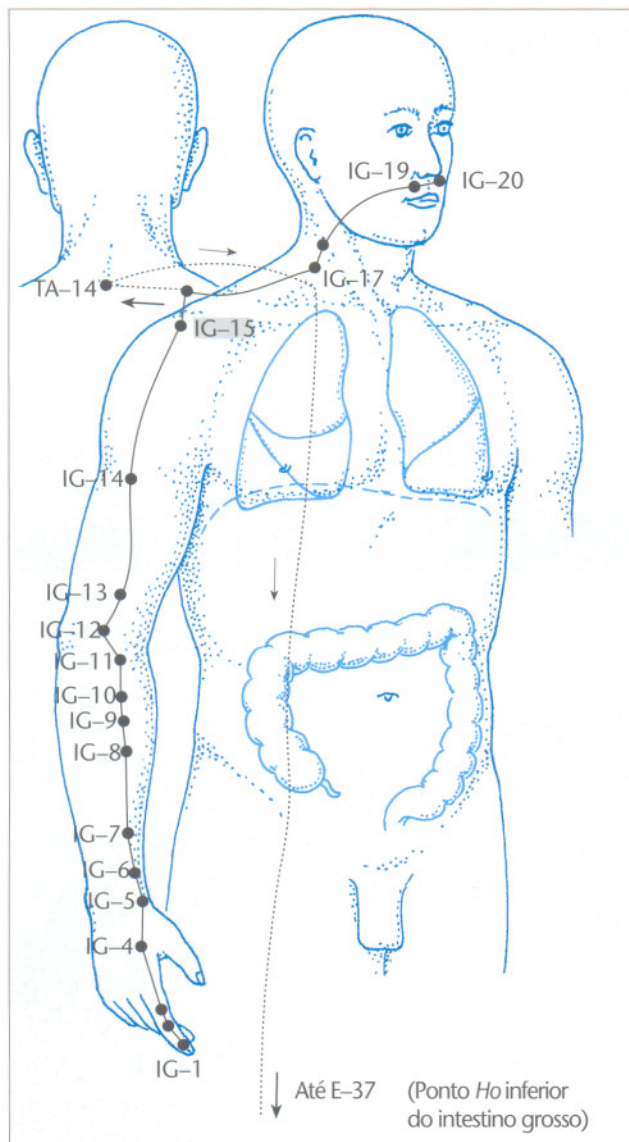
! Se o músculo deltóide não ficar muito evidente, pode-se utilizar também a medição proporcional com o *tsun* do corpo. Para isso confeccione uma fita flexível de borracha para o braço dividida em 9 *tsun* (os 9 *tsun* correspondem à distância entre a prega axilar e a prega do cotovelo). O ponto **IG-14** localiza-se, então, 7 *tsun* acima do ponto **IG-11** (na prega do cotovelo) na linha de união com o **IG-15**.

Punção

Direção da Picada: perpendicular; nos casos de doenças oftalmológicas, oblíqua para cima, em direção ao ombro.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-2 cm).

Sensação da Agulha: intensa sensação da agulha no músculo, sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias.

Posição da Agulha *in situ*

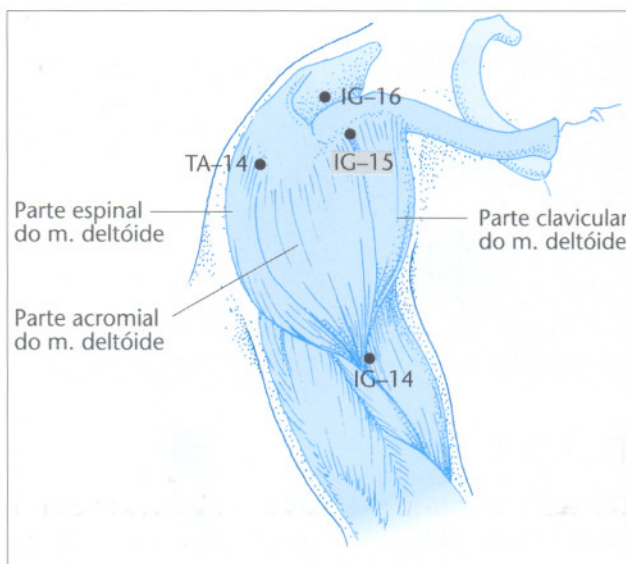
IG-15 JIANYU Osso do ombro

- Importante ponto local nos casos de queixas nos ombros
- Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Yang Qiao Mai*

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: ponto principal para todas as queixas na região da cíngulo do membro superior; dores, redução da mobilidade, diminuição da muscultura (contraturas) e atrofias, paresia do ombro e dos membros superiores; rigidez na nuca.

Geral: urticária e dor de dente.

Localização

Abaixo da extremidade anterior do acrômio, entre a parte clavicular e a parte acromial do músculo deltóide ou, com o braço abduzido, sobre o acrômio, na anterior das duas depressões da articulação do ombro.

Função Tradicional

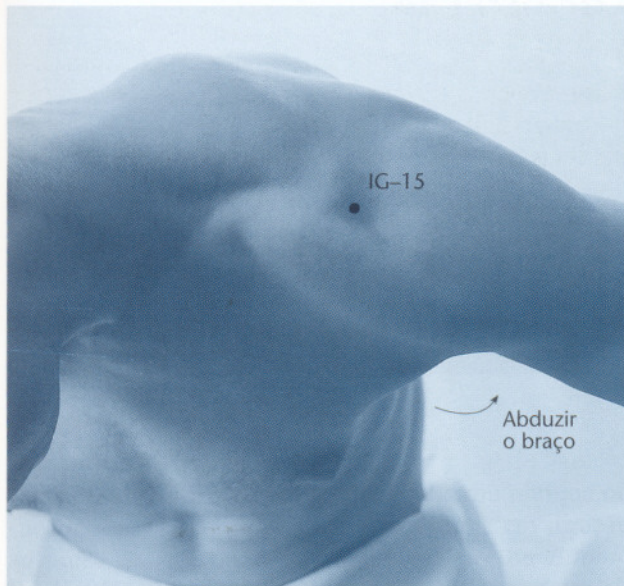
Dissipa os fatores externos patogênicos como o vento e o calor, regula a circulação sangüínea e de *Qi* nos ombros e nos braços, torna o Meridiano e os canais da rede correntes, protege as articulações, relaxa os tendões e os ligamentos, alivia a dor.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado.

- O paciente deve abduzir o braço; com isso, formam-se duas depressões, uma anterior e outra posterior, abaixo do acrômio, na extremidade do músculo deltóide.
- O ponto **IG-15** localiza-se na região da depressão anterior, diretamente abaixo da extremidade anterior do acrômio.

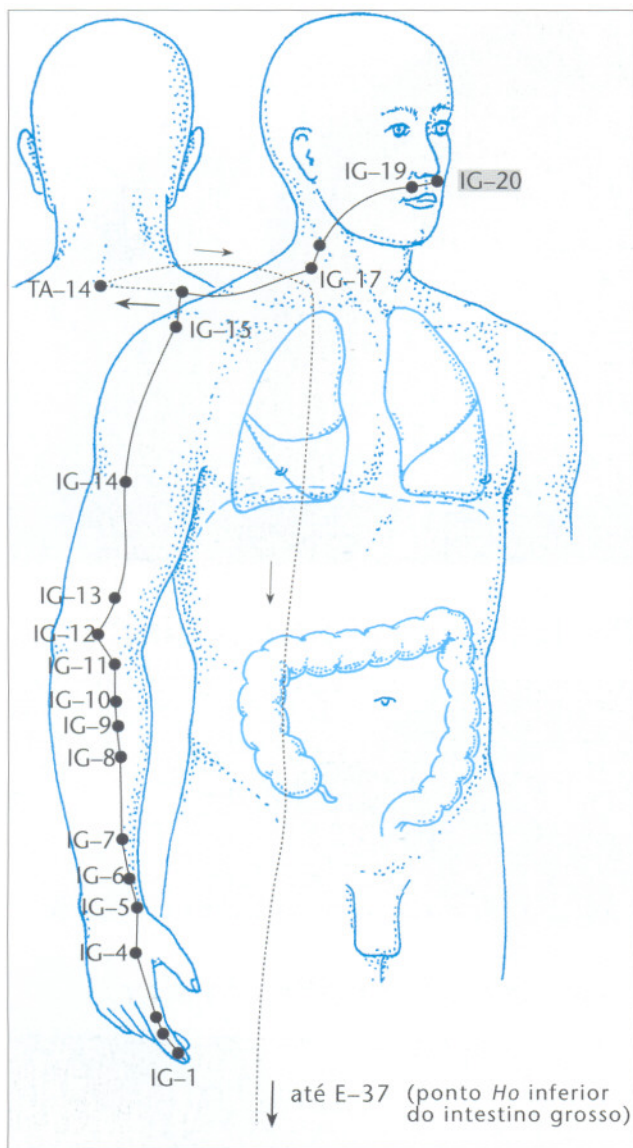
! Para as indicações recomendadas, o ponto é freqüentemente sensível à palpação.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

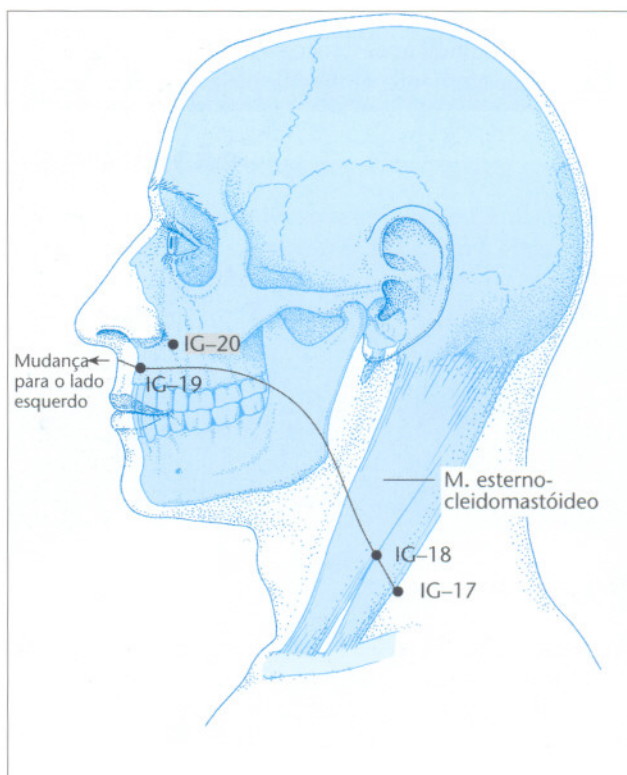
Direção e Profundidade da Picada: com o braço aduzido oblíqua pra baixo e para trás no sulco interósseo, com 1-1,5 *tsun* (W: 0,5-2 cm); com o braço abduzido: perpendicular, com 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios, eventualmente com propagação até o cotovelo.

Atenção: quando a direção da picada for perpendicular, existe o risco de inserção da agulha na articulação do ombro, por isso não insira com muita profundidade.

IG-20 YINGXIANG Receptor dos aromas

- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Estômago
- Importante ponto local nos casos de doenças do nariz e dos seios paranasais

Localização

No sulco nasolabial, na altura do centro da margem lateral da asa do nariz.

Função Tradicional

Dissipa o vento e o vento-calor externos e patogênicos, descongestiona o nariz, refresca e elimina calor.

Obstrução nasal, anosmia, rinorreia, polipose nasal, epistaxe, paralisia facial.

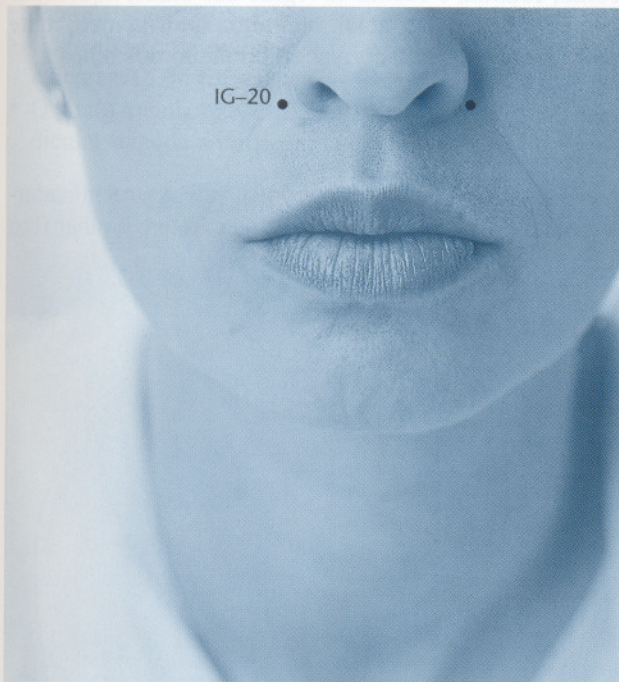
Indicação

Local:

- *Distúrbios na região do nariz*: epistaxes, hiposmia e anosmia, pólipos nasais, nos casos de constipação febril com acometimento do nariz, rinite (alérgica), sinusite.
- Prurido, edema ou acne na face (para acupuntura cosmética). Paresia facial periférica e tique, neuralgia do trigêmio.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Localizar a margem lateral da asa do nariz e seguir por ela até o sulco nasolabial.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua ou subcutânea transversal e medial para cima em direção ao ponto extra **Ex-CP-8** (*Shangyingxiang* ou *Bitong*: localizado na extremidade superior do sulco nasolabial, na passagem entre o osso nasal e a cartilagem).

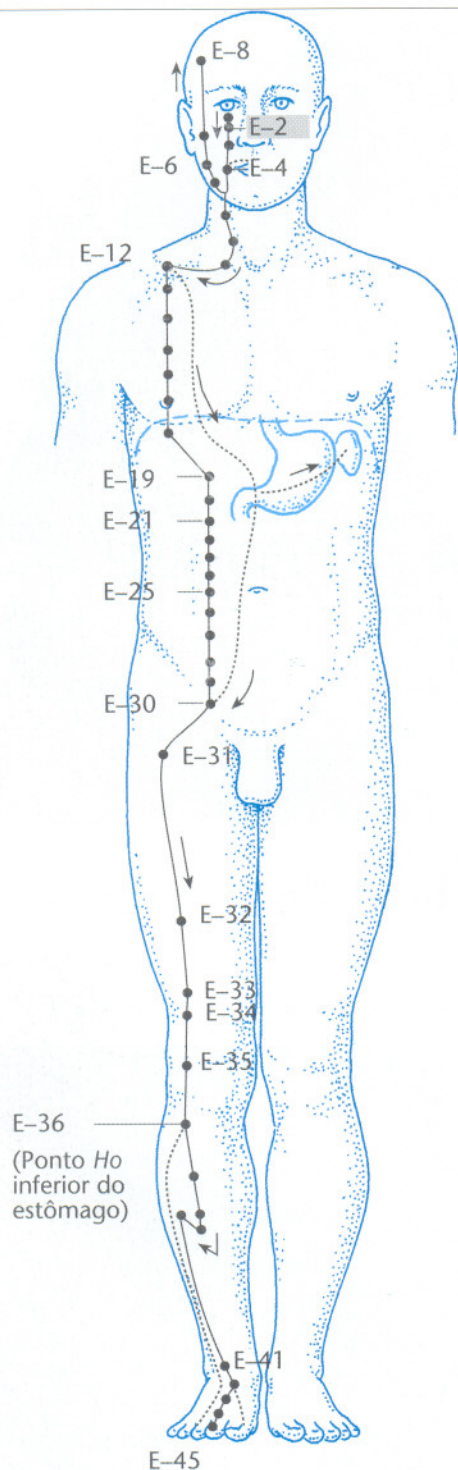
Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,3-0,5 cm).

Sensação da Agulha: dor local ou sensação de tensão.

Moxabustão: contra-indicada.

Posição da Agulha *in situ*

E-2 SIBAI Quádrupla claridade

E-8
E-2
E-6
E-4
E-12
E-19
E-21
E-25
E-30
E-31
E-32
E-33
E-34
E-35
E-36
(Ponto *Ho* inferior do estômago)
E-41
E-45

Função Tradicional

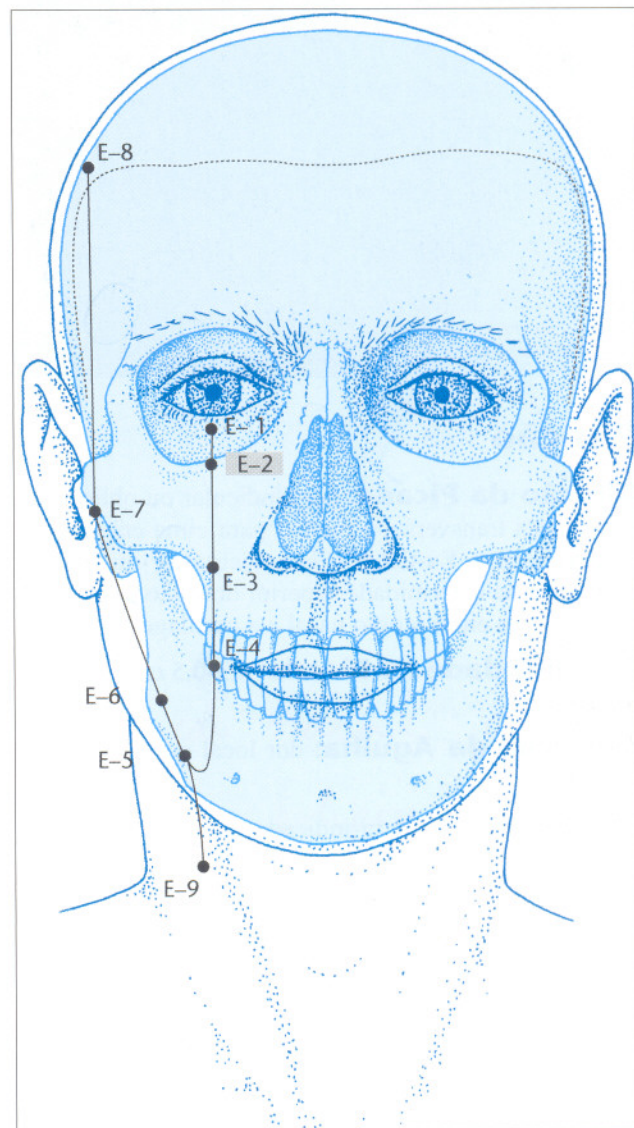
Elimina o vento, estimula a circulação sangüínea e de *Qi* nos canais da rede, clareia a visão e melhora a capacidade visual, relaxa os tendões, alivia a dor.

- Importante ponto local

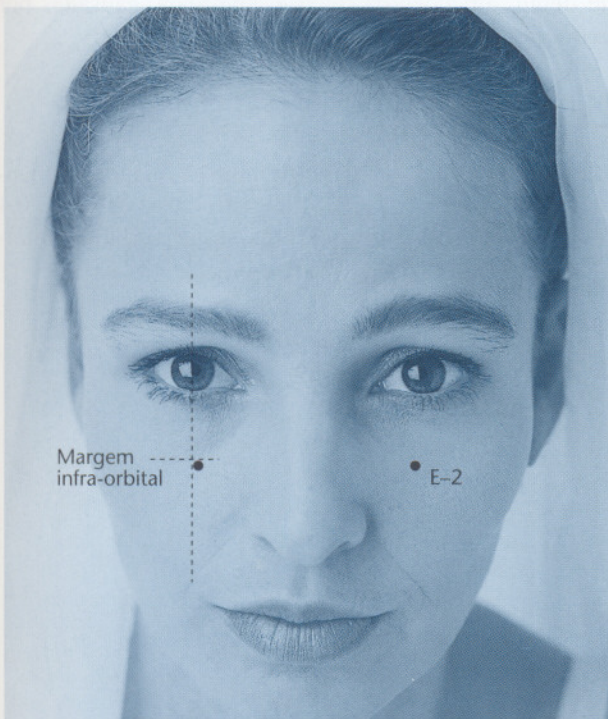
Indicação

Local: afecções oculares tais como conjuntivite, glaucoma, catarata e edema na região dos olhos, tiques (nas pálpebras), paresia facial, neuralgia do trigêmeo, rinite (alérgica) sobretudo com acometimento dos olhos.

Localização

Na depressão do forame infra-orbital, perpendicularmente abaixo da pupila, quando se mantém o olhar fixo em um ponto à frente.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

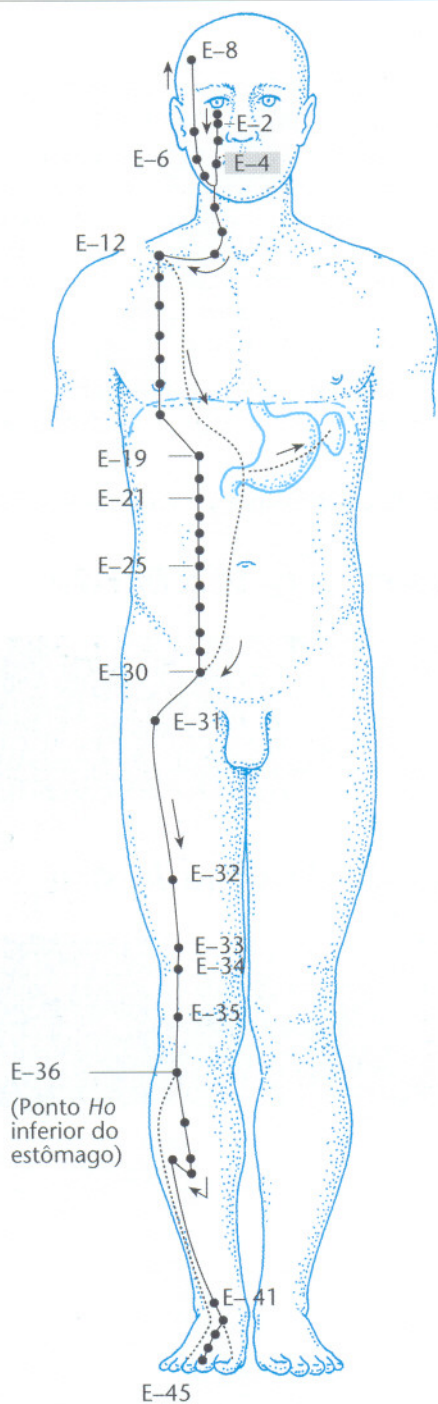
- Pedir ao paciente para que fique imóvel e fixe o olhar em um ponto à sua frente.
- Traçar uma perpendicular imaginária a partir do centro da pupila, mantendo o olhar fixo neste ponto à frente.
- Logo abaixo da margem infra-orbital, pode-se palpar a depressão do forame infra-orbital.
- O ponto localiza-se, em geral, medialmente à perpendicular traçada a partir do centro da pupila.

Punção

Direção da Picada: perpendicular; com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,2-0,5 cm), a inserção profunda (oblíqua para cima) é contra-indicada.

Sensação da Agulha: uma leve dor local que se propaga e sensação de formigamento, bem como sensação de tensão sombria, eventualmente com propagação para cima.

Atenção: tenha cuidado com o nervo infra-orbital e para não causar lesões nos olhos.

Moxabustão: contra-indicada.

Posição da Agulha *in situ*

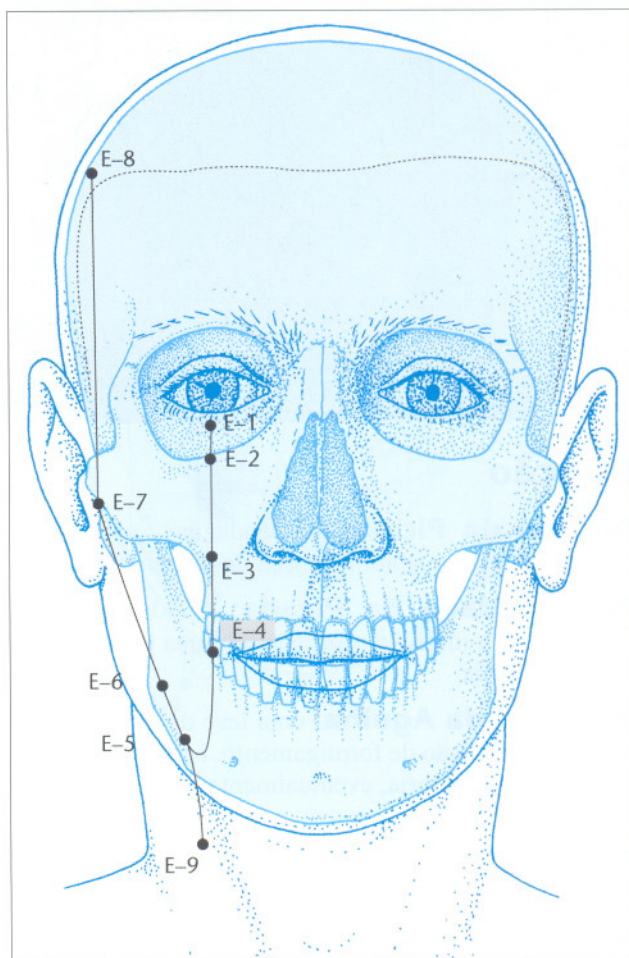
E-4 DICANG Celeiro da terra

- Importante ponto local
- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Intestino Grosso e com os Meridianos extraordinários Vaso Concepção e *Yang Qiao Mai*

Indicação

Local: paresia facial e tique na boca e nas bochechas, sialorréia, afasia motora, espasmos labiais, neuralgia do trigêmeo (3º ramo), distúrbios na boca tais como dor de dente, afecções da maxila, anestesia, causadas por extrações dentárias na região da maxila.

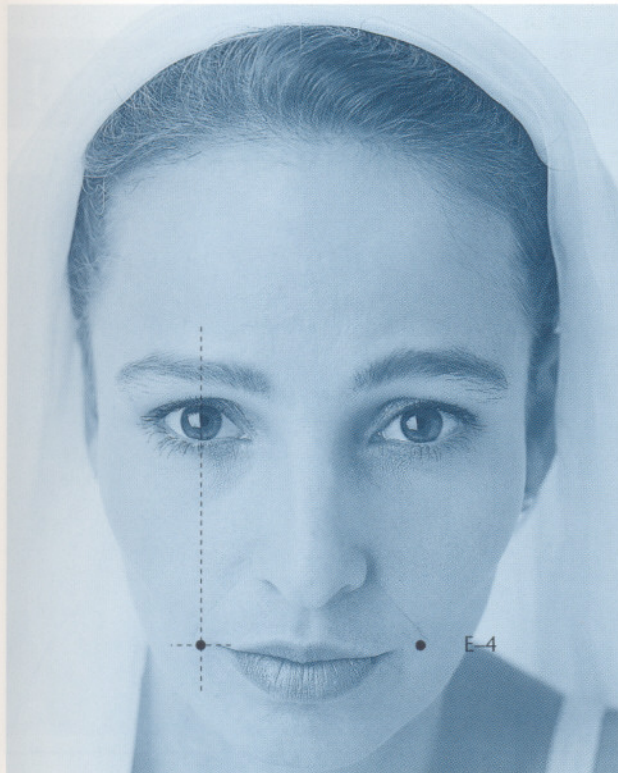
Localização

Perpendicularmente abaixo da pupila, quando se mantém o olhar fixo em um ponto à frente, a cerca de 0,4 *tsun* (um pouco menos que uma largura do dedo mínimo) lateral ao ângulo da boca.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, dispersa as obstruções do Meridiano e torna-o corrente, regula a circulação sangüínea e de *Qi* nas bochechas e na região da boca e remove a estagnação de *Qi*, relaxa a musculatura facial.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

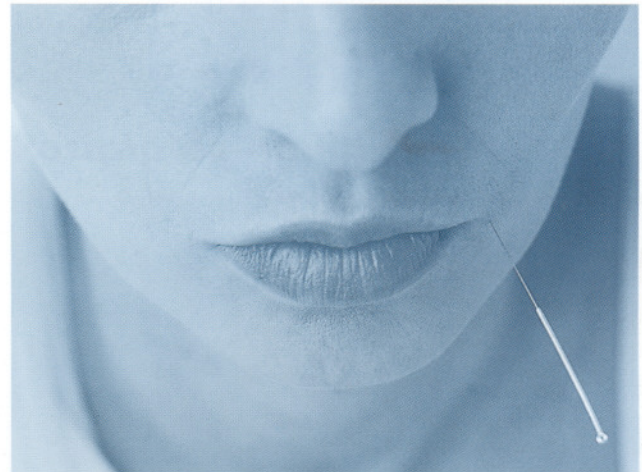
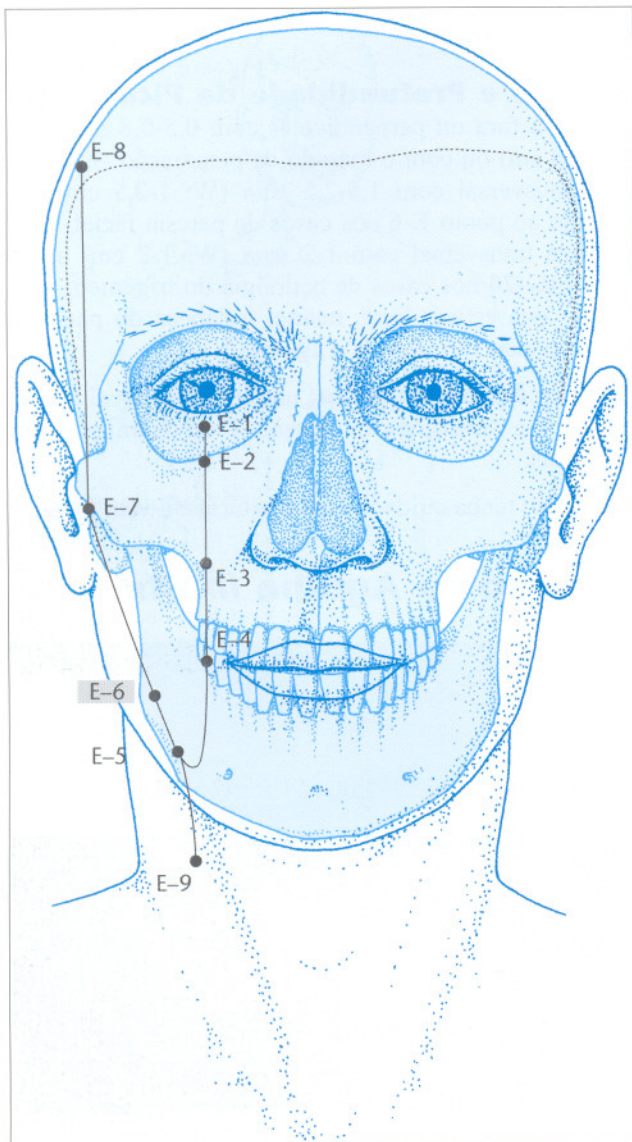
- Pedir ao paciente para que fique imóvel e fixe o olhar em um ponto à sua frente.
- Procurar o ângulo da boca e traçar uma perpendicular a partir do centro da pupila.
- O ponto **E-4** localiza-se na intersecção do prolongamento horizontal do ângulo da boca com a perpendicular.

Punção

Direção e Profundidade da Picada: oblíqua para fora ou perpendicular com 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,3-0,8 cm) ou com o método da penetração; subcutânea transversal com 1,5-2,5 *tsun* (W: 1-2,5 cm) em direção ao ponto **E-6** nos casos de paresia facial, subcutânea transversal com 1-2 *tsun* (W: 1-2 cm) até o ponto **IG-20** nos casos de neuralgia do trigêmeo; com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa, quando for inserida a agulha.

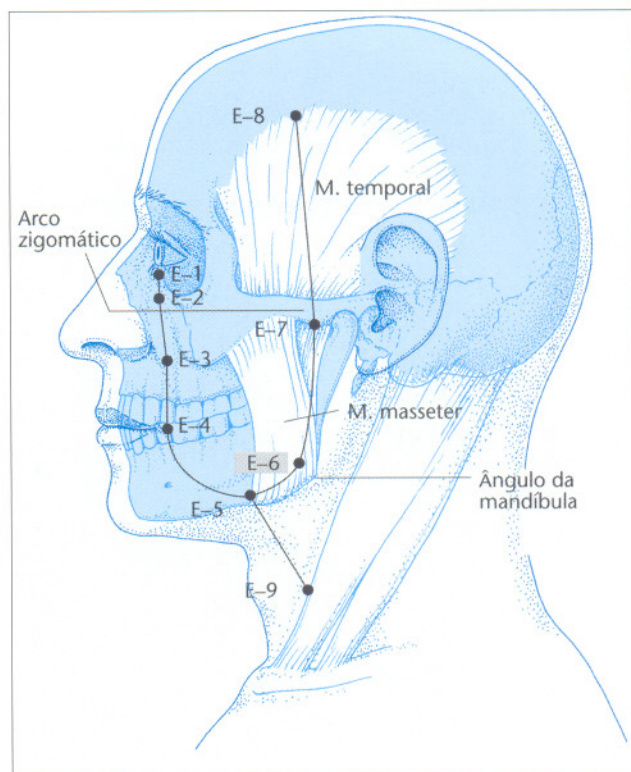
Sensação da Agulha: uma leve dor local que se propaga e sensações de tensão e de formigamento sombrias.

Atenção: tenha cuidado com a artéria e a veia facial.

Posição da Agulha *in situ*

JIACHE Região da face

- Importante ponto local

Localização

Com a mandíbula firmemente cerrada, no ponto mais saliente da proeminência muscular do músculo masseter, a cerca de 1 dedo transverso (dedo médio) anterior e acima do ângulo da mandíbula.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, torna os canais da rede correntes, e regula o *Qi*.

Indicação

Local: *afecções nos dentes, na boca e maxila*, tais como artrite da articulação temporomandibular, trismo (associado aos pontos **VC-24** e **IG-4**), dor de dente, gengivite, problemas maxilares ortopédicos, ranger de dentes, parotidite (associado aos pontos **TA-17** e **IG-4**) bem como paresias e dores faciais.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Pedir ao paciente para que morda com força cerrando a maxila; com isso, evidencia-se uma proeminência muscular no músculo masseter.
- O ponto **E-6** localiza-se no ponto mais saliente desta proeminência muscular, um pouco anterior e acima do ângulo da mandíbula; com o movimento de cerrar a maxila mordendo e depois descerrar, ele pode ser palpado em uma depressão.

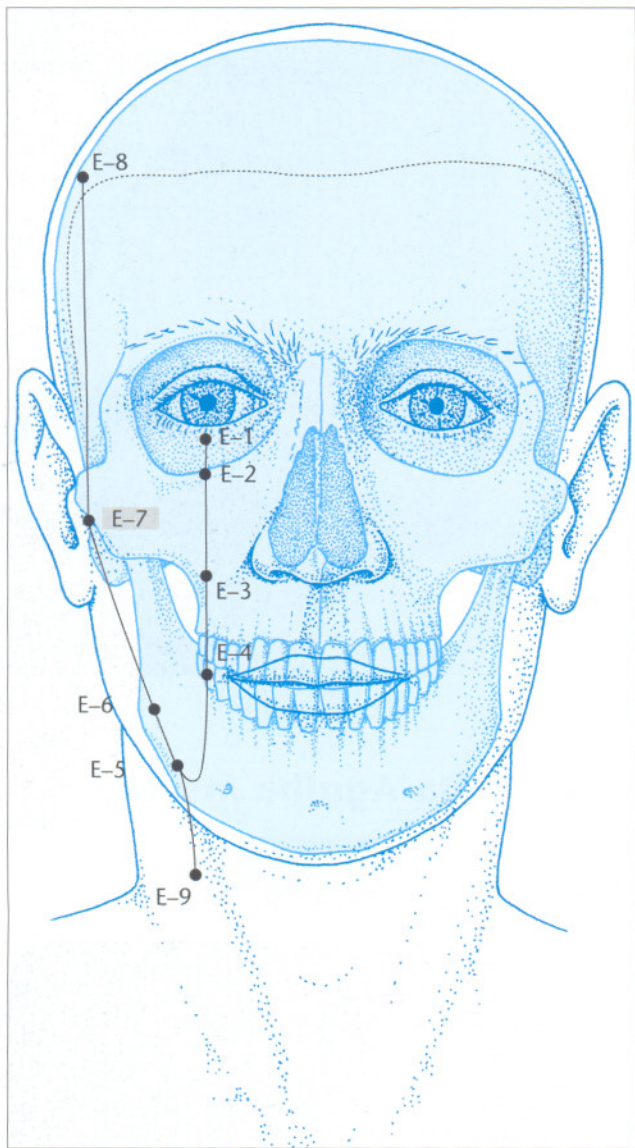
> **!** O ponto **E-6**, freqüentemente, corresponde a um ponto gatilho.

Posição da Agulha *in situ*

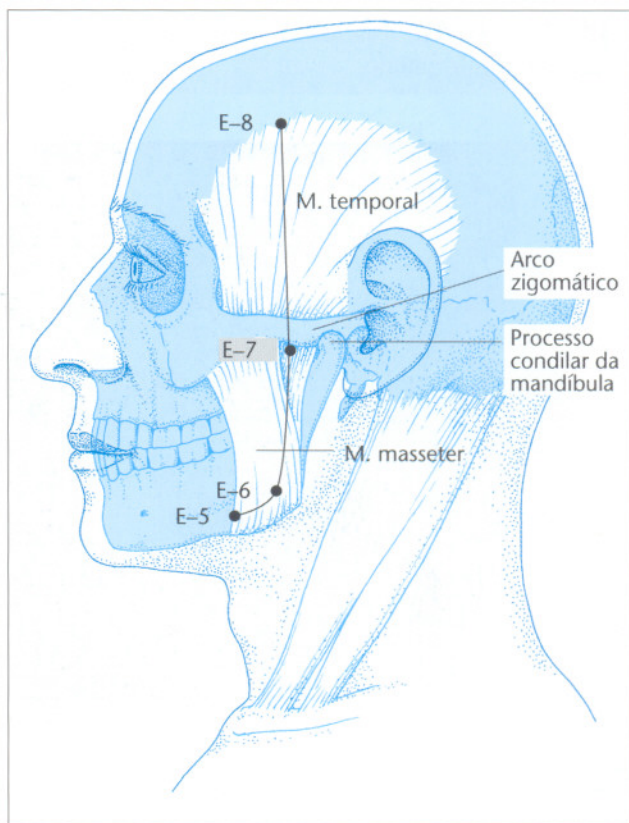
Punção

Direção e Profundidade da Picada: a boca do paciente deve estar ligeiramente aberta (músculo masseter relaxado); punção perpendicular com 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,3-08 cm) ou oblíqua em direção ao ponto **E-4**; nos casos de espasmo do músculo masseter, oblíqua para cima; nos casos de dor de dente na arcada dentária superior, em direção à mesma; nos casos de dor de dente na arcada dentária inferior, em direção à mesma; ou com o método da penetração: subcutânea tangencial com 1-2 *tsun* (W: 1-2,5 cm) até o ponto **E-4**, nos casos de paresia facial. Com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa, quando for inserir a agulha.

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento e de peso locais e sombrias.

XIAGUAN Barreira inferior

- **Importante ponto local**
- **Ponto de associação com o Meridiano Principal da Vesícula Biliar**

Localização

Com a boca fechada, no centro da depressão entre a incisura da mandíbula e a borda inferior do arco zigomático, anterior ao processo condilar da mandíbula, na margem posterior do músculo masseter.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, torna os canais da rede fluentes, protege a orelha e alivia as dores.

Indicação

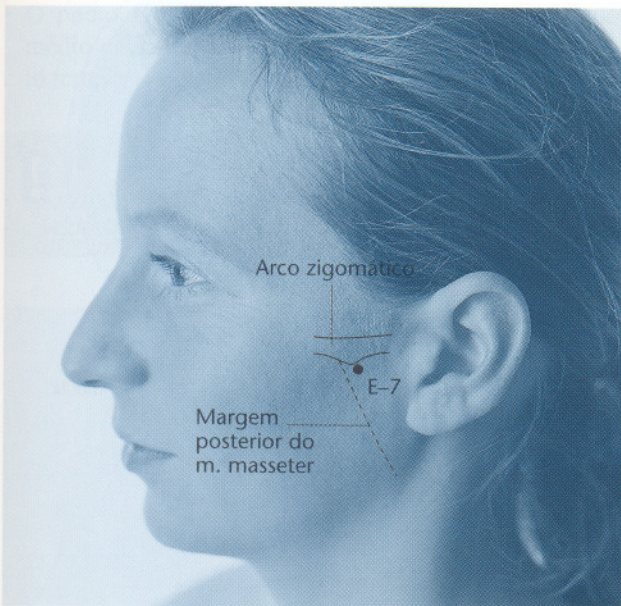
Local e Geral: *queixas nos dentes, na boca e na maxila*, tais como dor de dente, astenia dos músculos da matigação, artrite na articulação temporomandibular, síndromes dolorosas miofaciais e redução da mobilidade da mandíbula.

- *Afecções auditivas*, tais como zumbido, surdez e otite média.
- *Distúrbios neurológicos no rosto*, tais como paresia facial e neuralgia do trigêmeo.

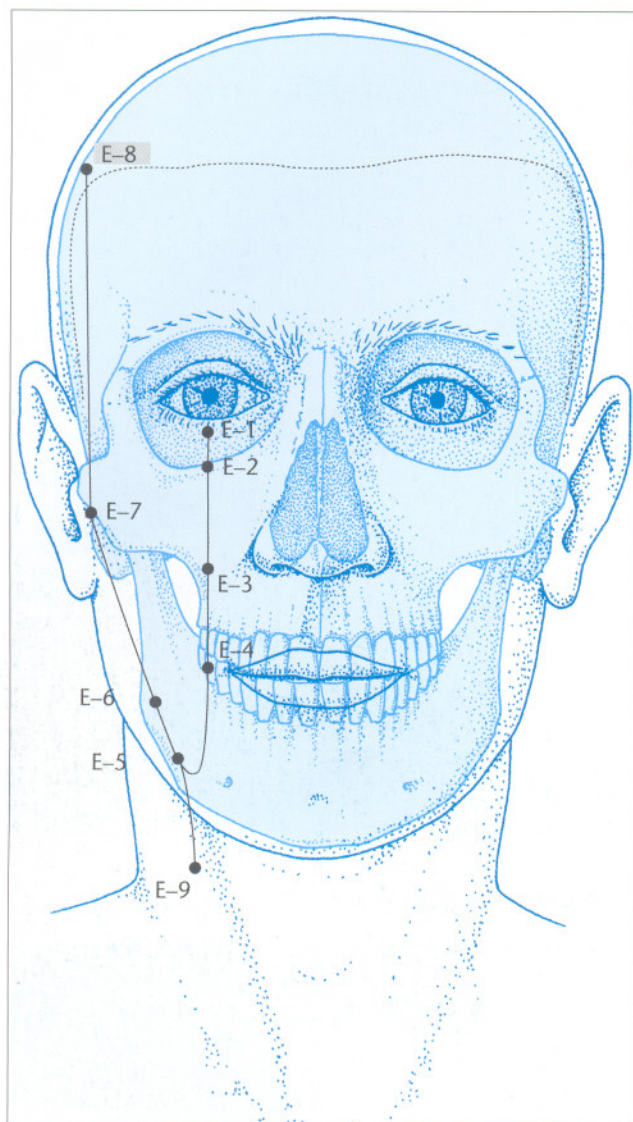
Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Pedir ao paciente para que feche a boca e morda com força. Dessa forma, o músculo masseter pode ser melhor visualizado.
- Palpar com o dedo a depressão abaixo do arco zigomático e anterior ao processo condilar da mandíbula. Ali, na margem posterior do músculo masseter, localiza-se o ponto **E-7**.
- A depressão desaparece quando a boca é aberta.

> **!** O ponto **E-7**, freqüentemente, corresponde a um ponto gatilho.

Punção

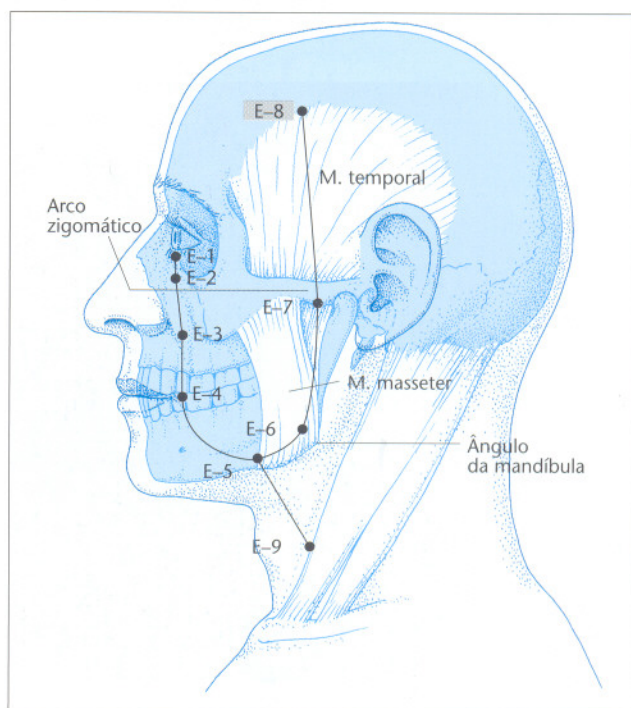
Direção e Profundidade da Picada: perpendicular com 0,3-0,5 *tsun* (W: até 0,5 cm), o paciente deve manter a boca fechada; ou com o método da penetração: subcutânea transversal com 1-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm) até o ponto **E-6** (inserção tangencial); com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa, quando for inserir a agulha.

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação por toda a região da mandíbula.

Posição da Agulha *in situ*

TOUWEI Ligação da cabeça

- **Ponto de associação com o Meridiano Principal da Vesícula Biliar e com o Meridiano extraordinário *Yang Wei Mai***
- **Importante ponto local**

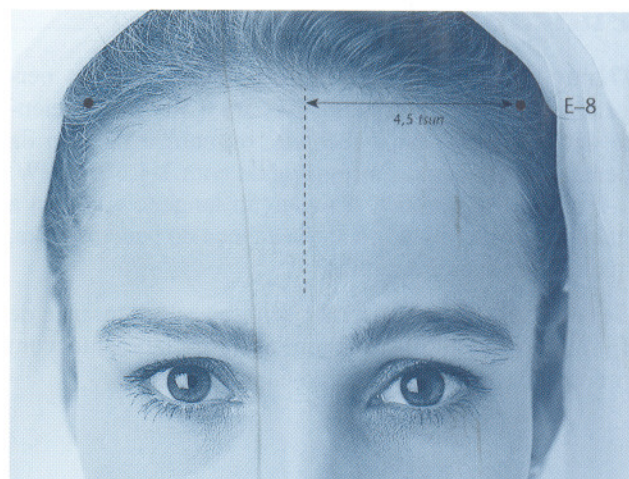
Localização

A 0,5 *tsun* (aproximadamente uma largura do dedo mínimo) atrás da linha de implantação anterior do cabelo, no ângulo temporofrontal, na margem do músculo temporal, ou a 4,5 *tsun* (6 dedos transversos) lateral à linha mediana (Vaso Concepção).

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, alivia o calor e o fogo, protege os olhos e melhora a acuidade visual e alivia as dores.

Indicação

Local: *queixas nos olhos*, tais como conjuntivite, intenso lacrimejamento quando se está exposto ao vento e espasmos das pálpebras.

Principal: cefaléia na fronte, enxaqueca, tonturas.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a linha de implantação anterior do cabelo no ângulo temporofrontal.
- O ponto localiza-se a 0,5 *tsun* (aproximadamente uma largura do dedo mínimo) atrás da linha de implantação anterior do cabelo e, em geral, para as indicações recomendadas, o ponto é sensível à palpação.

2ª Forma de Localização:

- O paciente deve deslizar sua própria mão aberta, mantendo o polegar fixo, ao longo da testa.
- Enquanto ele faz movimentos mastigatórios, vai deslocando lentamente a mão aberta para cima e para baixo.
- O ponto **E-8** localiza-se em um local sob o dedo médio onde os movimentos mastigatórios do músculo temporal podem ser facilmente sentidos.

> ! Nos casos de calvície, a localização da linha original de implantação do cabelo é evidenciada pelas rugas que se formam na testa.

Punção

Direção da Picada: subcutânea transversal ao longo da pele da cabeça (inserção tangencial) ou oblíqua em direção ao occipício (nos casos de cefaléia), mas também é possível inseri-la em direção à face (p. ex., nas doenças oftalmológicas). Com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa, quando for inserir a agulha.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso locais e sombrias.

Moxabustão: possível (nos textos antigos, ela era proibida).

Posição da Agulha *in situ*

E-21 LIANGMEN Porta saliente

- **Importante ponto local para os problemas gástricos, sobretudo nos casos de estados de plenitude**

Indicação

Principal: distúrbios do trato gastrintestinal, tais como distúrbios do apetite e da digestão, gastrite aguda e crônica, dores epigástricas agudas (associado ao ponto **E-34**), vômitos, enjôos e eructações (é o *Qi* contracorrente do estômago), úlceras gástricas e duodenais, dores abdominais e diarréia.

Localização

A 4 *tsun* acima do umbigo e a 2 *tsun* laterais à linha mediana anterior.

Função Tradicional

Fortalece o Estômago e o Baço e suas funções de transporte e de transformação, regula o *Qi* mediano, harmoniza o estômago e o intestino, remove os acúmulos e as estagnações.

Como Encontrar

Posição do Paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização: a distância entre a articulação xifosternal e o umbigo equivale a 8 *tsun* do corpo.

- O ponto **VC-12** localiza-se no centro deste trecho, portanto a 4 *tsun* acima do umbigo.
- A partir do ponto **VC-12**, medir 2 *tsun* para o lado (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar). O ponto **E-21** localiza-se aí.

2ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre a articulação xifosternal e o outro sobre o umbigo.

- Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre estes dois pontos, na linha mediana frontal.
- Este ponto central corresponde ao **VC-12**. A partir dele, medir, então, 2 *tsun* para o lado (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar). O ponto **E-21** localiza-se aí.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, difundindo-se, às vezes, para baixo e para cima.

Atenção: cuidado com o peritônio e com o fígado aumentado (nos casos de punção do lado direito).

Posição da Agulha *in situ*

Como Encontrar

Posição do Paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização: a distância entre a articulação xifosternal e o umbigo equivale a 8 *tsun* do corpo.

- O ponto **VC-12** localiza-se no centro deste trecho, portanto a 4 *tsun* acima do umbigo.
- A partir do ponto **VC-12**, medir 2 *tsun* para o lado (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar). O ponto **E-21** localiza-se aí.

2ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre a articulação xifosternal e o outro sobre o umbigo.

- Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre estes dois pontos, na linha mediana frontal.
- Este ponto central corresponde ao **VC-12**. A partir dele, medir, então, 2 *tsun* para o lado (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar). O ponto **E-21** localiza-se aí.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, difundindo-se, às vezes, para baixo e para cima.

Atenção: cuidado com o peritônio e com o fígado aumentado (nos casos de punção do lado direito).

Posição da Agulha *in situ*

E-25 TIANSHU Pólo celeste

- Ponto *Mo* do Intestino Grosso

Principal:

- *Distúrbios do trato gastrintestinal* (freqüentemente associado aos pontos **E-36** e **VC-12**): tais como dores abdominais, sensação de tensão e convulsões, úlceras gástricas e duodenais, gastrenterite aguda e crônica, retenção de alimentos (associado ao ponto **E-21**), diarréias crônicas não-infecciosas (associado aos pontos **VC-6** e **E-37**), obstipação branda e espasmódica, meteorismo, diverticulite, colo irritável.
- Edema (associado aos pontos **BP-6** e **BP-9**).
- *Distúrbios menstruais*: dismenorréia, menstruação irregular e endometriose (associado aos pontos **BP-6** e **VC-4**).

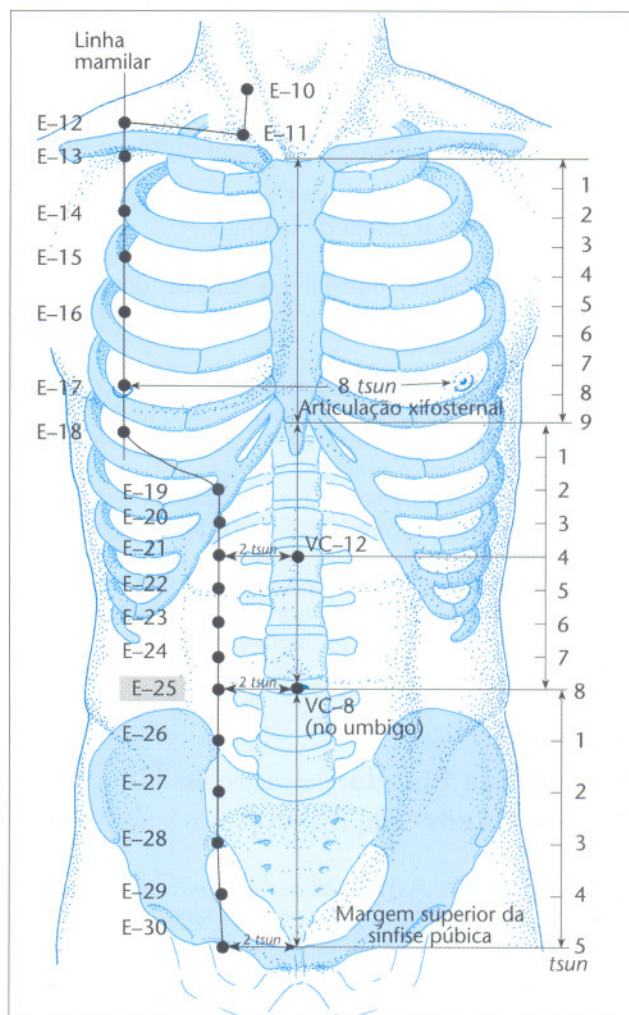
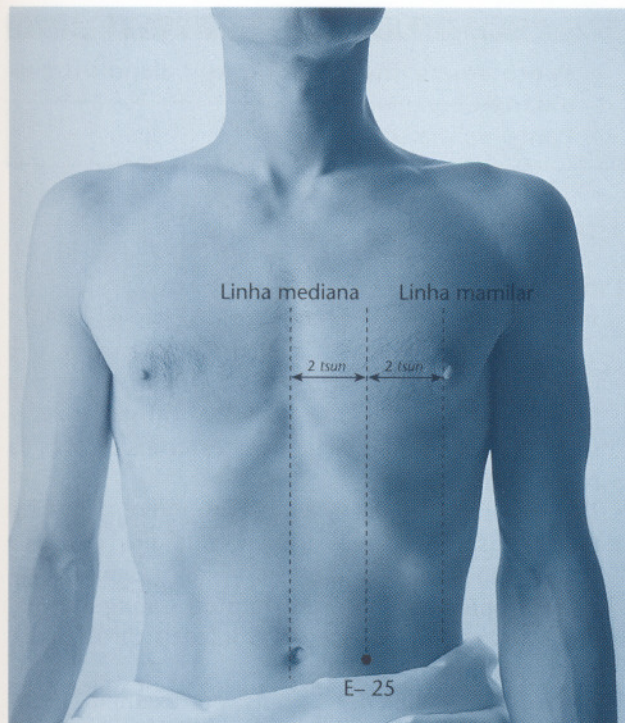
Localização

A 2 *tsun* laterais ao umbigo.

Função Tradicional

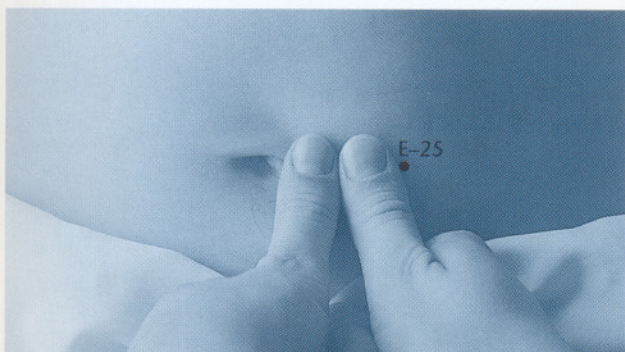
Regula o Intestino Grosso, fortalece o Baço, estimula a circulação sangüínea e a de *Qi*, elimina umidade, refresca (elimina) o calor das vísceras.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Intestino Grosso, ele é, freqüentemente, sensível à palpação nos casos de distúrbios do trato gastrintestinal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

Procedimento: a partir do centro do umbigo, medir lateralmente 2 *tsun* (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar).

> **!**
> - A orientação a partir da linha mamilar, perpendicular, na maioria das vezes, é mais exata do que a medição com o *tsun* dos dedos devido às diferenças individuais no formato do abdome.
> - Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua.

Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de formigamento local associada a uma sensação de tensão sombria, eventualmente com propagação para a lateral do abdome.

Atenção: cuidado com o peritônio; sobretudo em pacientes magros, não insira a agulha muito profundamente.

Posição da Agulha *in situ*

E-30 QICHONG Afluência do *Qi*

- **Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Chong Mai***
- **Ponto do mar da nutrição**

Indicação

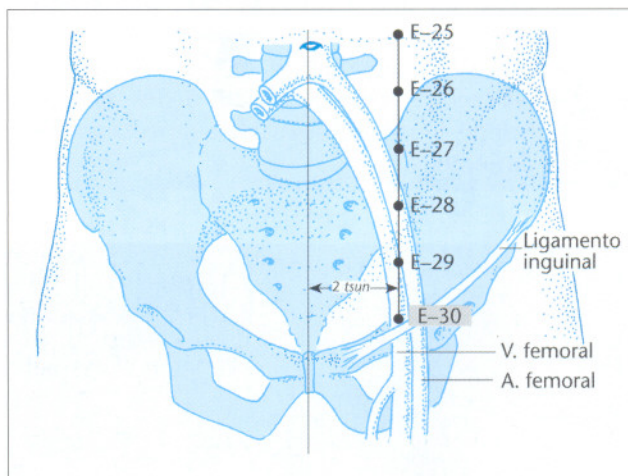
Principal:

- *Afecções no baixo abdome, com estados de plenitude*: por exemplo, dores abdominais, enduração e congestão no hipogástrio, hérnia (inguinal), edema do pênis, placenta retida e adenoma prostático, edemas e dores nos órgãos genitais externos e dores na região lombar.
- *Distúrbios do* Chong Mai: por exemplo, distúrbios menstruais, tais como dismenorréia nos casos de estagnação de sangue e menstruação irregular, amenorréia, infertilidade (a abertura do *Chong Mai* por meio dos pontos **BP-4** e **CS-6** intensifica os efeitos do tratamento).
- *Distúrbios das funções sexuais*: por exemplo, impotência e problemas de ejaculação.
- *Debilidade do Baço e do Estômago*: a inserção neste ponto é recomendada para os casos de pacientes debilitados e extenuados por uma doença duradoura; segundo B. Kirschbaum, este ponto tem uma ação para abrir o apetite de pacientes com anorexia nervosa.

Localização

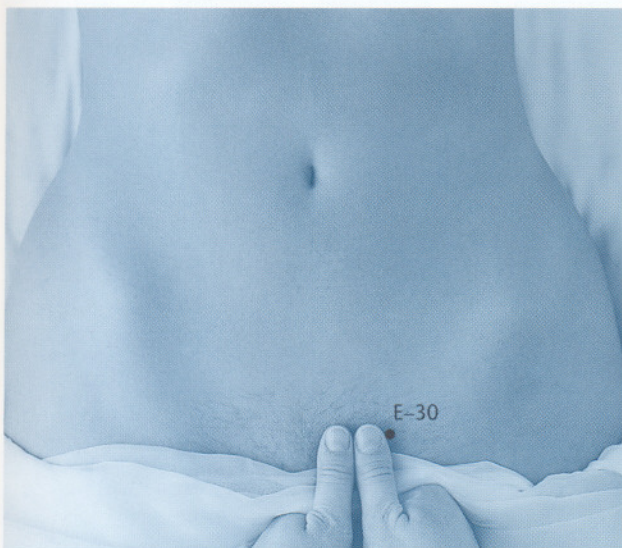
A 2 *tsun* laterais à linha mediana frontal (Vaso Concepção), na margem superior da sínfise púbica.

Função Tradicional

Fortalece o *Jing* essencial, regula o *Qi* e o sangue, eleva o *Qi* e o *Yang*, regula o Estômago e tonifica o *Qi* produzido pelo Baço e pelo Estômago ("*Qi*-para o céu"), regula o Meridiano Extraordinário *Chong Mai* e a menstruação.

Como Encontrar:

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- Encontrar o centro da margem superior da sínfise púbica (**VC-2**).
- O ponto **E-30** localiza-se a 2 *tsun* (duas larguras do polegar ou metade da distância entre a linha mediana e a linha mamilar) laterais à linha mediana, um pouco acima do sulco inguinal, medial à artéria femoral.

> - A orientação a partir da linha mamilar, perpendicular, na maioria das vezes, é mais exata do que a medição com o *tsun* dos dedos devido às diferenças individuais no formato do abdome.
> - Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua em direção aos órgãos genitais externos nas doenças dos sistemas urinário e genital.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* perpendicular, até 1,5 *tsun* oblíquo (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias com propagação para os órgãos genitais.

Atenção: cuidado com a artéria femoral.

Posição da Agulha *in situ*

LIANGQIU Pico da colina

- Ponto *Xi* do Meridiano Principal do Estômago

Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade, paresia dos membros inferiores.

> **!** A inserção forte e sedativa da agulha tem uma ação rápida e calmante no peristaltismo do estômago e dos intestinos.

Principal:
- Afecções gástricas agudas e dolorosas com estados de plenitude, tais como vômitos, enjôos, soluço, refluxo de ácido; gastralgia e convulsões decorrentes de gastrite aguda (freqüentemente associado aos pontos **VC-12**, **CS-6**, **BP-4** e **E-36**); hiperacidez.
- Pontos distantes nos casos de mastite.

Localização

A 2 *tsun* acima da lateral da base da patela, em uma depressão no músculo vasto lateral.

Função Tradicional

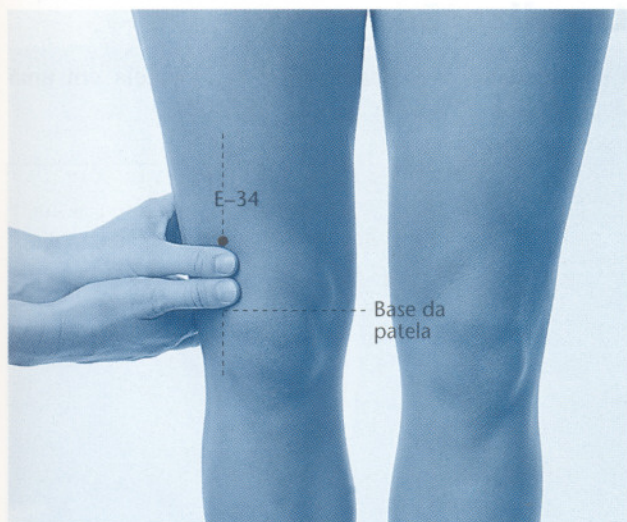
Harmoniza o *Qi* do aquecedor médio e torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais profundo, regula o estômago, o intestino e o *Qi*, torna o Meridiano corrente e estimula a circulação de *Qi* nos canais da rede.

Indicação

Local: queixas na articulação do joelho, tais como edemas e dores (freqüentemente associado aos pontos **E-35**, **BP-10**, **E-36** e **BP-9**), artrite e artrose na articulação do joelho, estado posterior à meniscectomia (joelho irritável).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a parte lateral da base da patela e medir 2 *tsun* (duas larguras do polegar ou 3 dedos transversos) para cima.
- O ponto localiza-se, então, em uma depressão palpável no músculo vasto lateral.

- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
- Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para a região lateral da coxa dividida em 19 *tsun* (os 19 *tsun* correspondem à distância entre o ponto mais saliente do trocanter maior e o sulco da articulação do joelho).

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação da tensão sombria com propagação até o joelho e a perna.

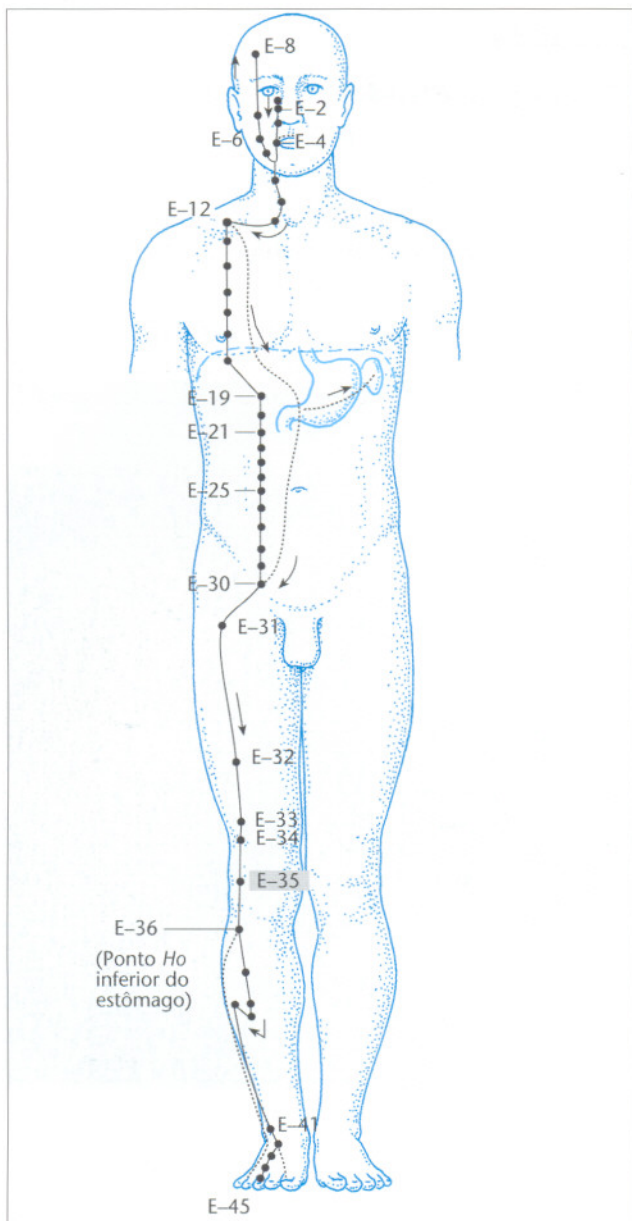
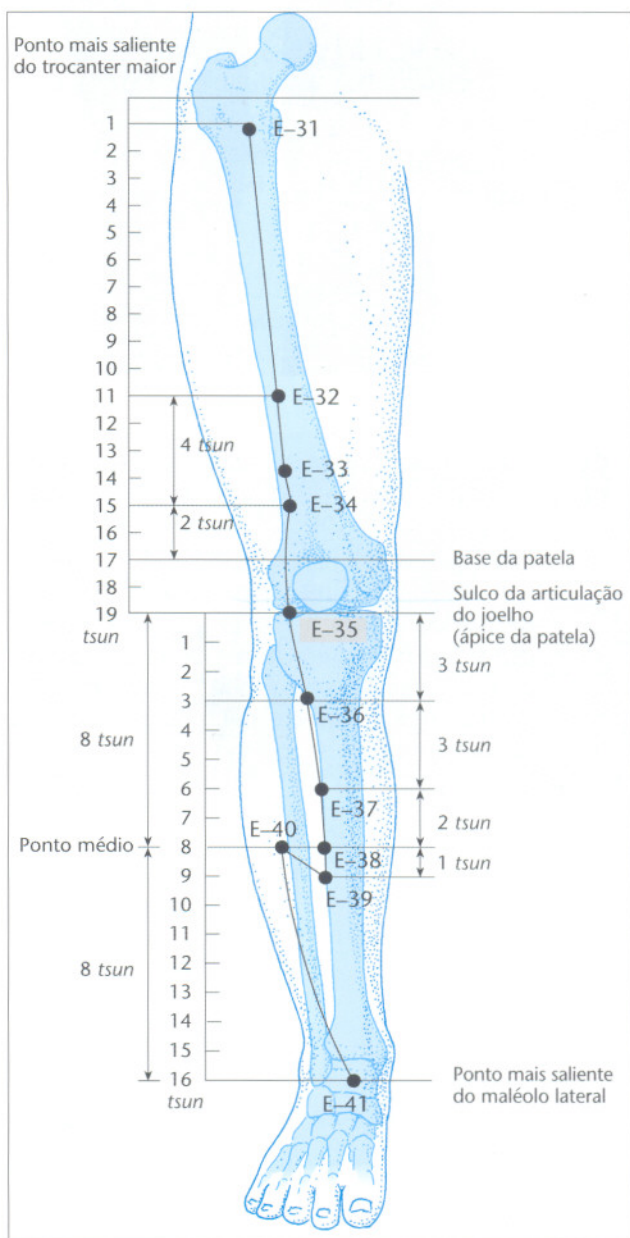
Posição da Agulha *in situ*

DUBI Nariz de vitela

- **Importante ponto local nos casos de queixas na articulação do joelho**

Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade e paresia dos membros inferiores.

Localização

Com o joelho flexionado, abaixo da patela em uma depressão lateral ao ligamento da patela.

Função Tradicional

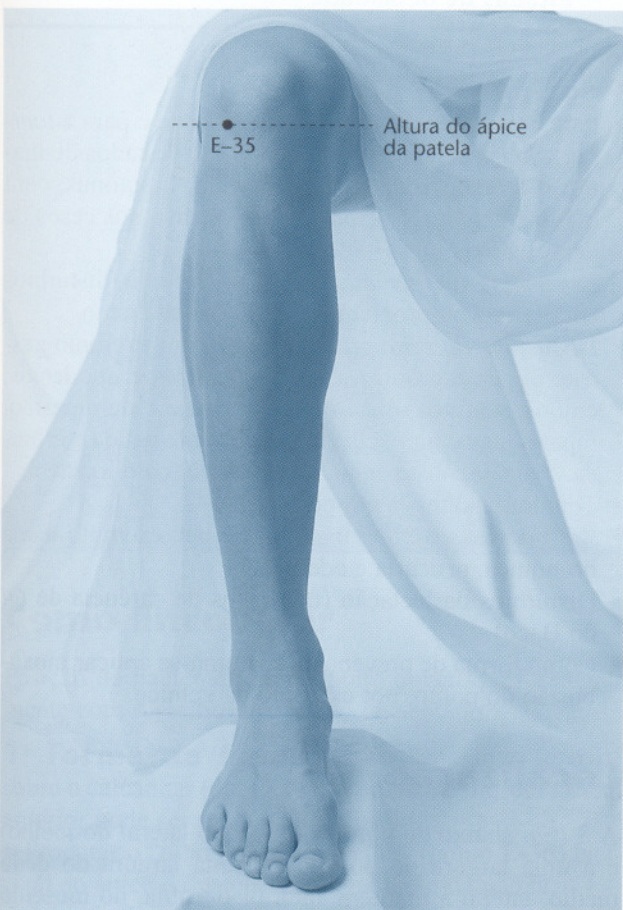
Elimina o vento e o frio, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes, dispersa os acúmulos, reduz os edemas (sintomas de umidade), protege o joelho e alivia as dores.

Indicação

Local: queixas na articulação do joelho, tais como edema e dores (freqüentemente associado aos pontos **E-34**, **BP-10**, **E-36** e **BP-9**), artrite e artrose na articulação do joelho, estado posterior à meniscectomia (joelho irritável).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal, preferencialmente com o joelho flexionado ou sentado.

- O joelho deve ser flexionado.
- O ponto evidencia-se imediatamente abaixo da patela e lateral ao ligamento da patela. Ele também é denominado "olho lateral do joelho" e faz parte do ponto extra **Ex-MI-5** (*Xiyan*).

Punção

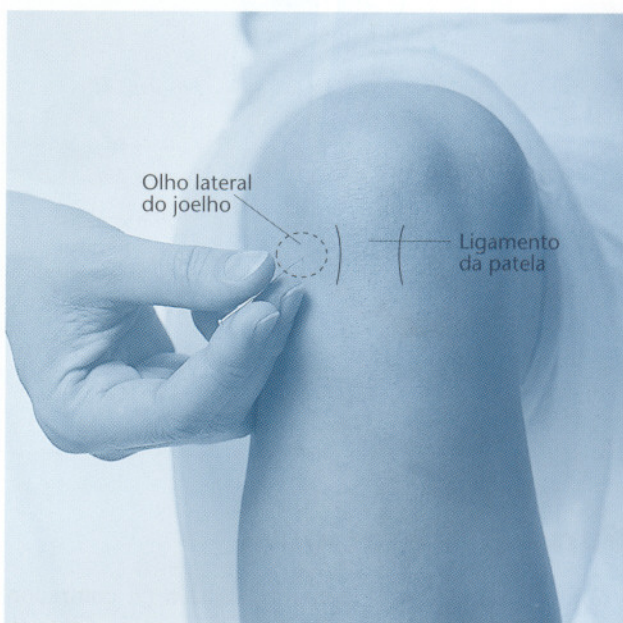
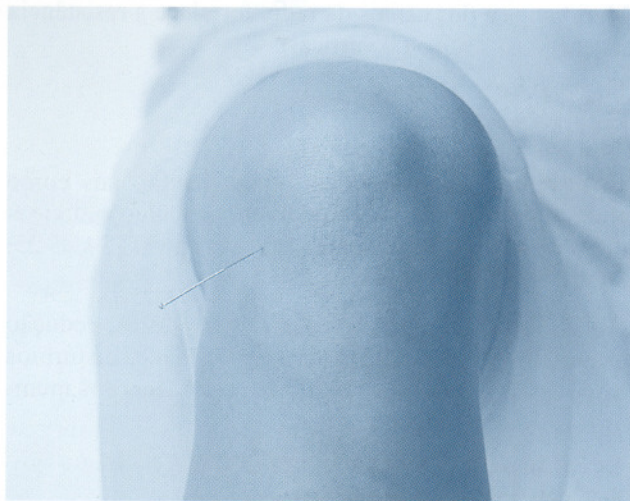
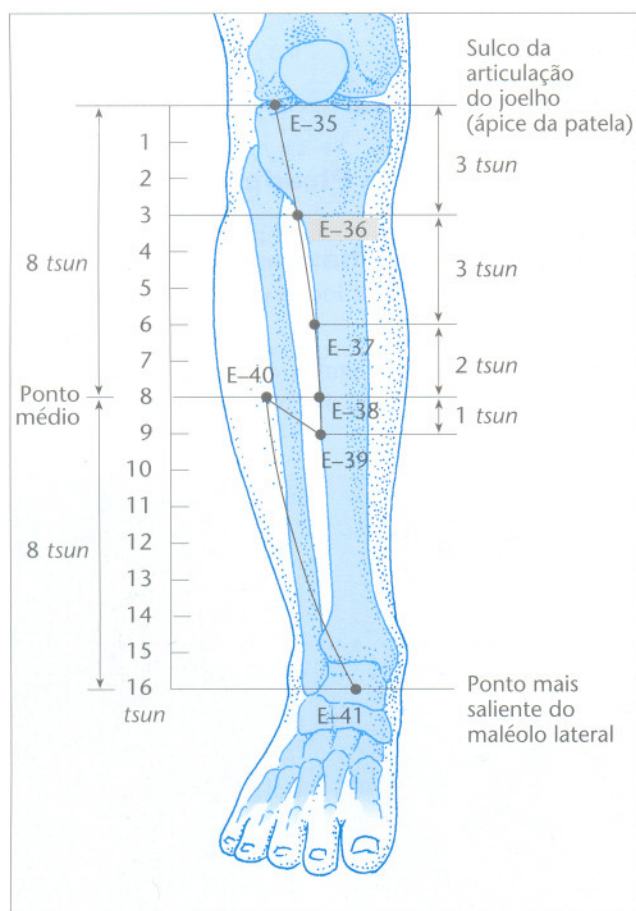
Direção da Picada: ligeiramente oblíqua em sentido medial.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e formigamento e/ou de calor locais e sombrias na articulação do joelho.

Atenção: não insira a agulha com uma profundidade excessiva devido ao risco de "punção da articulação"!

Posição da Agulha *in situ*

E-36 GP ZUSANLI Três distâncias no pé

- **Ponto *Ho* (reunião), ponto terra**
- **Ponto *Ho* inferior do Estômago**
- **Ponto distante para todas as afecções abdominais bem como para os distúrbios do círculo funcional do baço e do estômago**
- **Um dos pontos de acupuntura mais importantes e eficazes, com amplo espectro de ação**
- **Ponto de tonificação geral: ponto principal para o fortalecimento do sangue e do *Qi* nos estados de debilidade**

Função Tradicional

Fortalece o Baço e o Estômago, torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais profundo, harmoniza o intestino e dispersa os acúmulos, dissipa os fatores externos patogênicos como o frio, elimina umidade, descongestiona e regula a circulação sangüínea e de *Qi* dos Meridianos e dos canais da rede, fortalece a resistência do corpo (o *Zheng-Qi* vertical).

Indicação

Local: queixas na articulação do joelho, tais como edemas e dores, artrite e artrose na articulação do joelho, freqüentemente associados aos pontos **E-34**, **E-35**, **BP-10** e **BP-9**.

Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade, distúrbios da circulação sangüínea periférica e paresias dos membros inferiores.

Principal:

- Para a *estimulação* geral *da imunidade* e para a *tonificação* geral do *Qi*, por exemplo nos estados de inanição e de debilidade, esgotamento, hipotônus, com efeito psicológico semelhante e intenso nos casos de depressão ou nos estados de euforia.
- *Distúrbios da homeostase*, por exemplo distúrbios endócrinos ou problemas com o metabolismo.
- *Distúrbios do trato gastrintestinal*, por exemplo gastrite aguda e crônica, úlceras gástricas e duodenais, enjôos, vômitos, distúrbios do apetite e de digestão, hiperacidez e hipoacidez, gastrenterite aguda e crônica, diarréia, obstipação, meteorismo, colo irritável.
- Tontura, apoplexia e hipertônus.
- *Afecções associadas a alergias*, por exemplo asma brônquica, urticária e edema.
- Distúrbios da lactação (nos casos de carência de *Qi* do Baço).
- Como forma de prevenção, costuma-se aplicar moxabustão do ponto, por exemplo na velhice.

Localização

A 3 *tsun* abaixo do ponto **E-35** (olho lateral do joelho) e a uma largura do polegar ou uma largura do dedo médio, lateral à margem anterior da tíbia, no músculo tibial anterior, na altura da margem inferior da tuberosidade da tíbia.

Patologias do trato GI, distensão abdominal, epigastralgia, obstipação, vômito, diarreia, anorexia, dor no joelho, cefaleia frontal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal, preferencialmente com o joelho flexionado ou sentado.

1ª Forma de Localização: apoiando-se o pé sobre o calcanhar (passo de calcanhar), o músculo tibial anterior pode ser melhor visualizado.

- Procurar o "olho lateral do joelho" (ponto **E-35**) lateral ao ápice da patela e ao ligamento da patela.
- A partir deste ponto, medir 3 *tsun* (4 dedos transversos) para baixo (na altura da margem inferior da tuberosidade da tíbia).
- Acrescentar, então, lateralmente ou uma largura do polegar sobre a margem anterior da tíbia ou uma largura do dedo médio encostado à margem anterior da tíbia.
- O ponto **E-36** localiza-se aí, em uma pequena depressão que "pode ser dinamicamente palpada para cima ou para baixo" (o lugar mais sensível à palpação).

2ª Forma de Localização: palpando, encontrar a margem inferior da tuberosidade da tíbia. O ponto **E-36** localiza-se a uma largura do polegar ou a uma largura do dedo médio deste local.

Punção

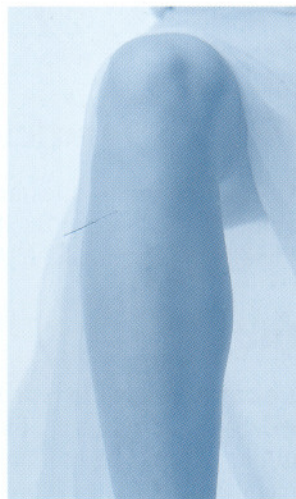
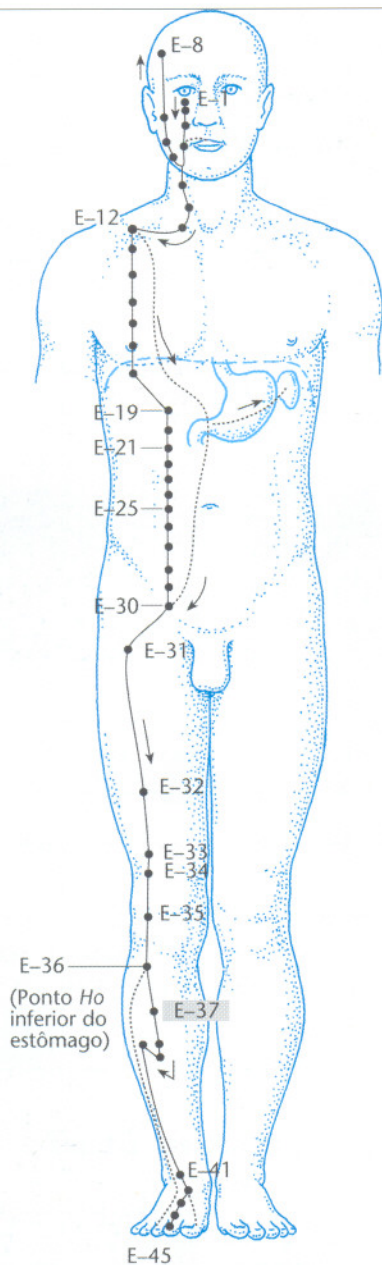
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso e adormecimento locais e sombrios, eventualmente com propagação ao longo do Meridiano em direção aos pés ou ao abdome.

Moxabustão: este ponto costuma ser tratado com moxabustão.

Posição da Agulha *in situ*

SHANGJUXU Grande vazio superior

Função Tradicional

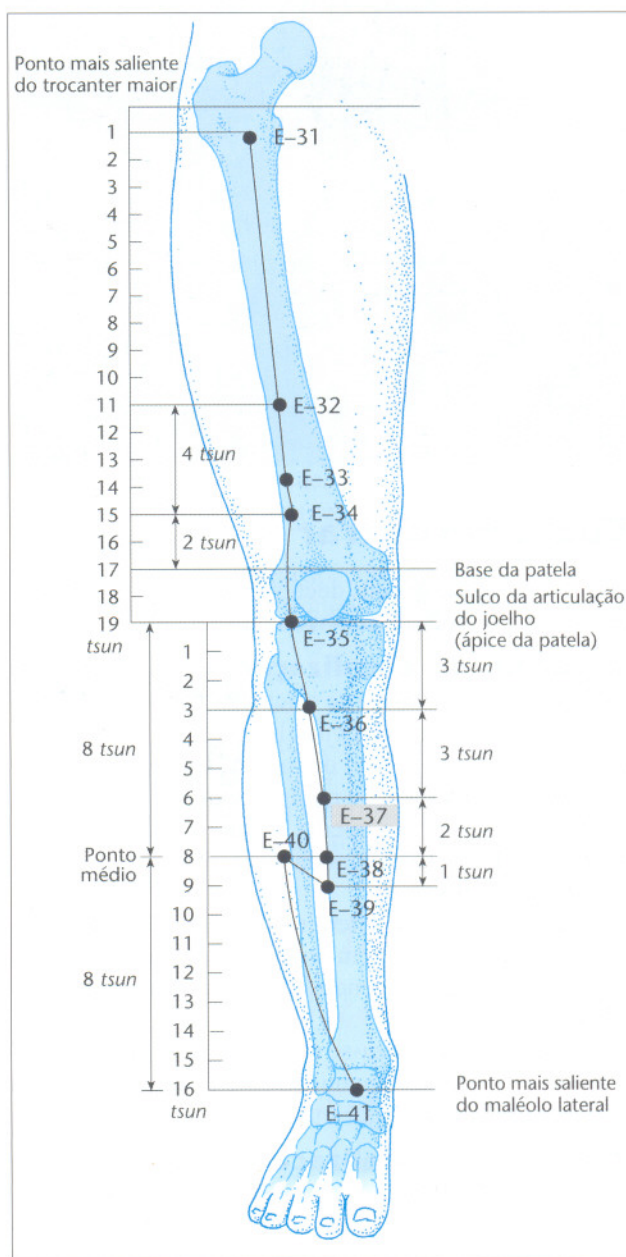
Descongestiona os intestinos e elimina a estagnação (de alimento), fortalece o Baço, harmoniza o Estômago, elimina o calor-umidade, regula a circulação *Qi*.

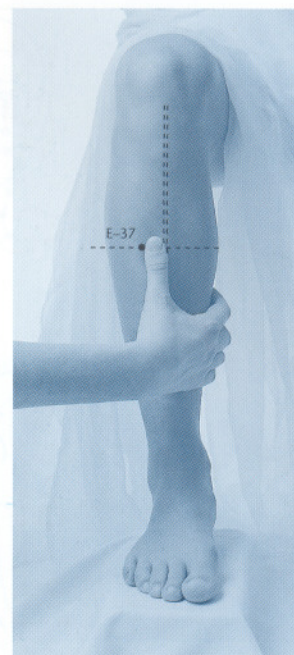
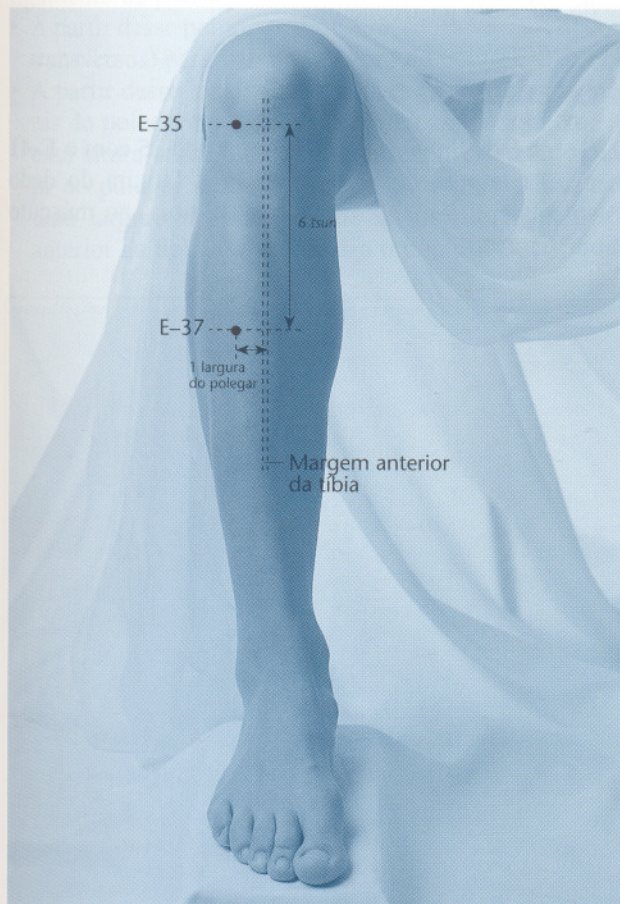
Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade, distúrbios da circulação sangüínea periférica e paresia dos membros inferiores, sobretudo no trajeto do Meridiano.

- **Ponto *Ho* inferior do Intestino Grosso (ponto inferior de grande influência)**

Distúrbios da circulação sangüínea e paresias das extremidades inferiores para todo o percurso do Meridiano.

Principal: *distúrbios no trato gastrintestinal*, principalmente gastrite e gastrenterite agudas, dores e sensação de tensão no abdome, meteorismo, diarréia, obstipação, apendicite, colo irritável.

Localização

A uma largura do polegar ou uma largura do dedo médio, lateral à margem anterior da tíbia, a 6 *tsun* abaixo do ponto **E-35** ou a 3 *tsun* abaixo do ponto **E-36**, no músculo tibial anterior.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, preferencialmente com o joelho flexionado.

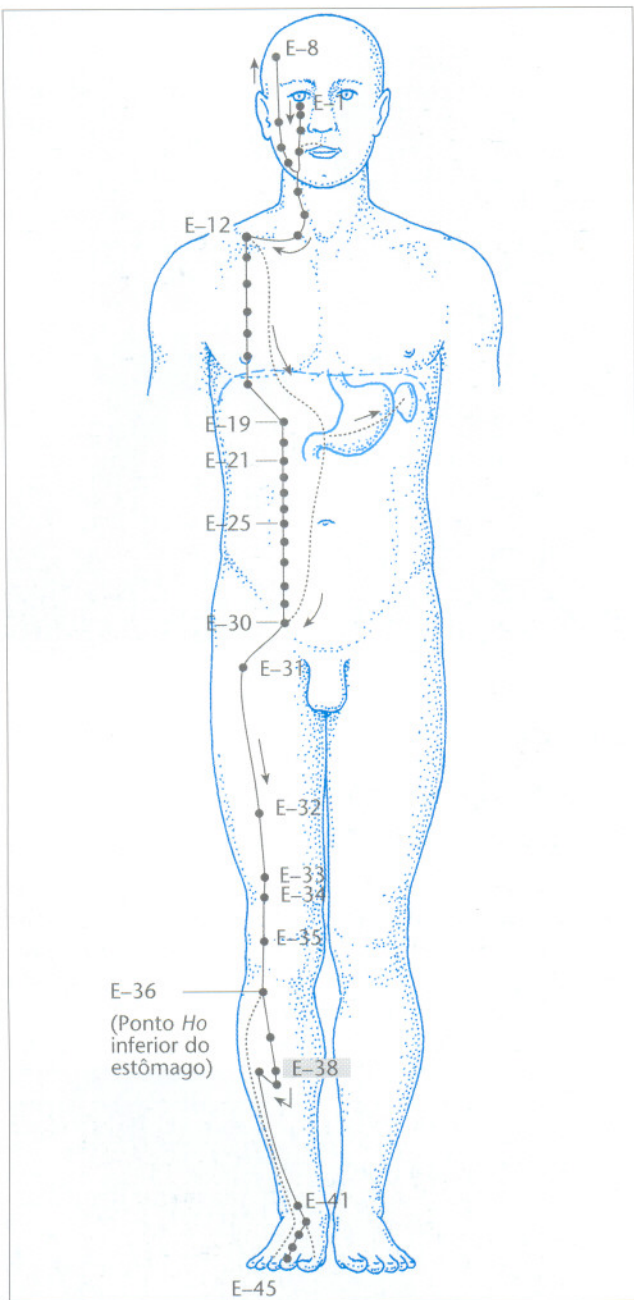
- Procurar o "olho lateral do joelho" (ponto **E-35**) lateral ao ápice da patela e ao ligamento da patela.
- A partir desse ponto, medir 6 *tsun* (duas vezes 4 dedos transversos) para baixo.
- Acrescentar, então, lateralmente ou uma largura do polegar sobre a margem anterior da tíbia ou uma largura do dedo médio encostado à margem anterior da tíbia.
- O ponto **E-37** localiza-se em uma pequena depressão que "pode ser dinamicamente palpada" (o lugar mais sensível à palpação).

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e sombrios, eventualmente com propagação até o dorso do pé.

E-38 TIAOKOU Abertura estreita

Função Tradicional

Aquece os Meridianos e elimina o frio, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes, relaxa os tendões.

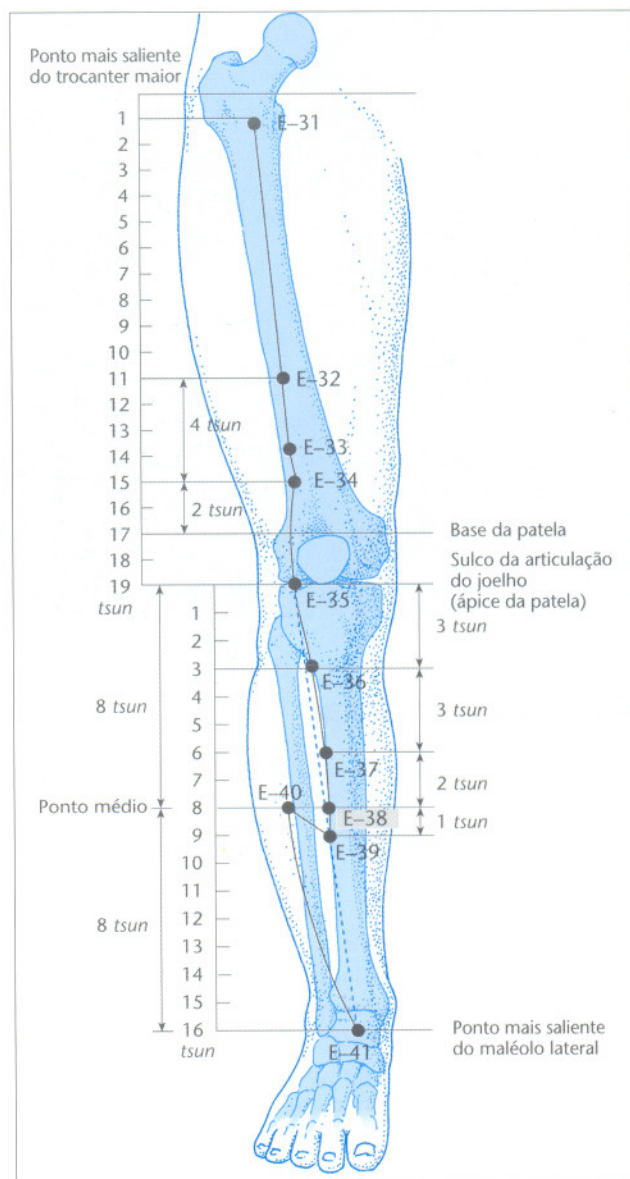
Indicação

- Ponto distante eficaz, sobretudo, nos casos de dores agudas e distúrbios da abdução na articulação do ombro: síndrome supra-espinal, periartrite no úmero-escapular, artrite reumatóide na articulação do ombro.

- **Ponto distante bastante eficaz nos casos de queixas no ombro**

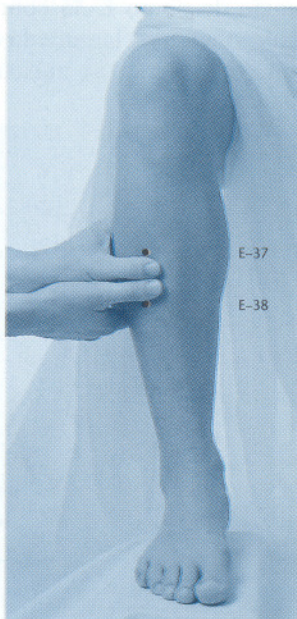
- Dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade e paresias dos membros inferiores; espasmos do músculo gastrocnêmio.

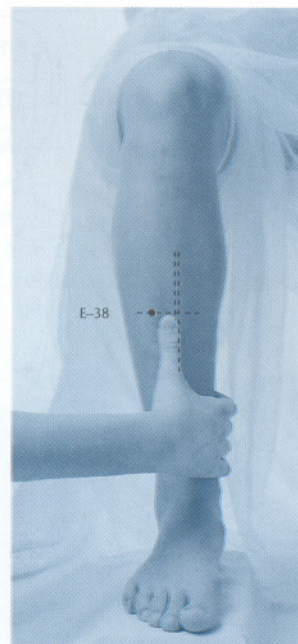
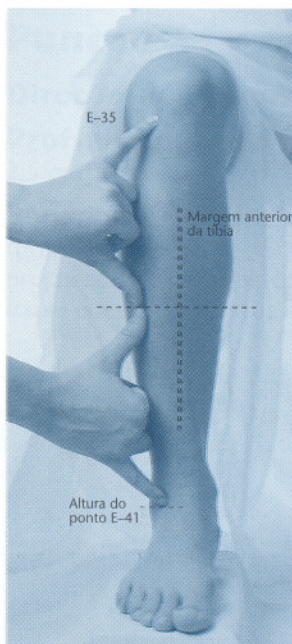
Localização

No centro da linha de união do ponto **E-35** com o **E-41** e a uma largura do polegar ou uma largura do dedo médio lateral à margem anterior da tíbia, no músculo tibial anterior.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, preferencialmente com o joelho flexionado.

1ª Forma de Localização: procurar o "olho lateral do joelho" (**E-35**) lateral ao ápice da patela e ao ligamento da patela.

- A partir desse ponto, medir 6 *tsun* (duas vezes 4 dedos transversos) para baixo (na altura do ponto **E-37**).
- A partir desse local, medir, então, 2 *tsun* (duas larguras do polegar ou 3 dedos transversos) para baixo. A essa altura e lateralmente, acrescentar ou uma largura do polegar sobre a margem anterior da tíbia ou uma largura do dedo médio encostado à margem anterior da tíbia. Aí se localiza o ponto **E-38**.

2ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **E-35** ("olho lateral do joelho") e o outro sobre o ponto **E-41** (na prega transversal anterior da articulação talocrural.

- Com os dois polegares, determinar o ponto médio da linha de união entre os dois pontos, na margem anterior da tíbia.
- A partir daí, a uma largura do polegar ou a uma largura do dedo médio lateral localiza-se o ponto **E-38**, que "pode ser dinamicamente palpado" (o lugar mais sensível à palpação).

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: nos casos de queixas no ombro, com redução da mobilidade, estimular fortemente o ponto **E-38**, de forma a desencadear uma intensa sensação de *Te-Qi* com propagação até o dorso do pé, enquanto o paciente realiza exercícios de movimentação (estimulação dos pontos distantes).

E-39 XIAJUXU Grande vazio inferior

- **Ponto *Ho* inferior do Intestino Delgado (ponto inferior de grande influência)**

Principal:
- *Distúrbios na região do baixo abdome*, tais como afecções no intestino delgado, gastrenterite aguda, diarréia, dores no hipogástrio com meteorismo.
- Dores nos testículos, orquite com propagação no hipogástrio e na região lombar.
- Segundo as indicações chinesas, nos casos de mastite.

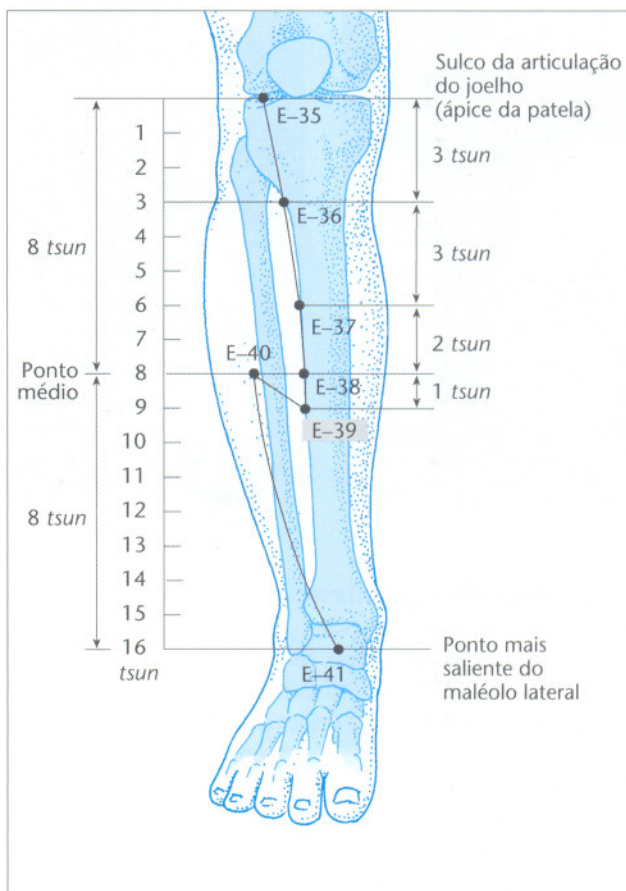
Localização

A 1 *tsun* abaixo do ponto **E-38**, este centro da linha de união do ponto **E-35** com o **E-41** e a uma largura do polegar ou uma largura do dedo médio lateral à margem anterior da tíbia, no músculo tibial anterior.

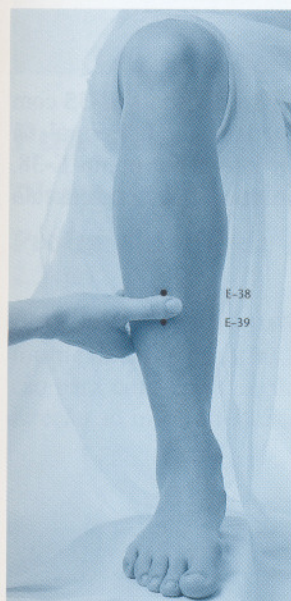
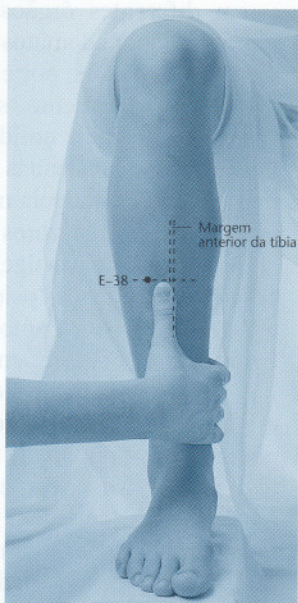
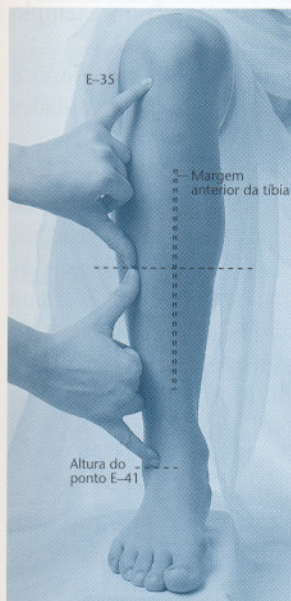
Função Tradicional

Alivia o calor e elimina umidade, regula o intestino e dispersa as congestões.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, distúrbios da sensibilidade, redução da mobilidade, atrofia muscular e paresia dos membros inferiores, cãibras, dor no calcanhar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado (com o joelho flexionado).

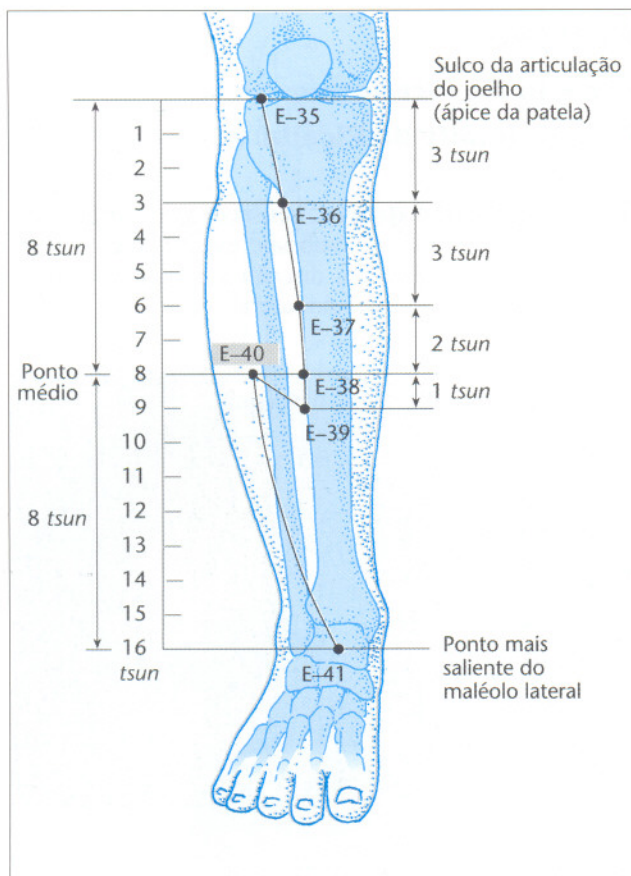
- Técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **E-35** ("olho lateral do joelho") e o outro na altura do ponto **E-41** (no ponto médio entre os ossos da parte lateral e média do pé, na altura da articulação talocrural).
- Então, com os dois polegares, determinar o ponto médio da linha de união entre esses dois pontos, na margem anterior da tíbia.
- O ponto **E-38** localiza-se a uma largura do dedo médio lateralmente (colocar o dedo sobre a margem anterior da tíbia ou encostado nela).
- O ponto **E-39** fica a 1 *tsun* abaixo daí.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação para cima em direção aos quadris e para baixo em direção ao maléolo lateral.

Posição da Agulha *in situ*

E-40 FENGLONG Saliência abundante

- **Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Estômago**
- **Ponto com amplo espectro de ação e aplicação em todos os "distúrbios da mucosidade"**

Função Tradicional

Transforma a umidade e a mucosidade, harmoniza o Estômago e o Baço, clareia e acalma o *Shen* da mente. Segundo G. Maciocia, o ponto **E-40** descongestiona o tórax e acalma a asma.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, distúrbios da sensibilidade, paresias, edema e inchaço dos membros inferiores.

Geral:
Aplicação em todas as afecções provocadas pela mucosidade.

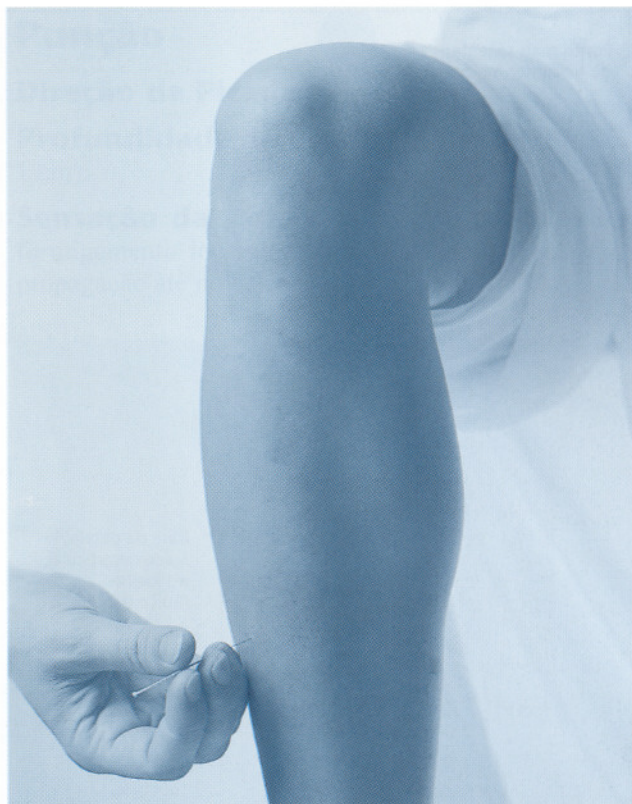
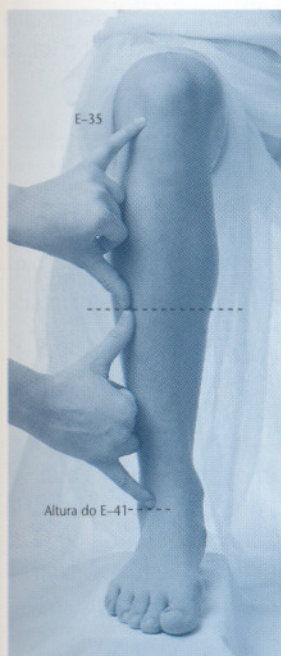
- *Afecções com abundância de catarro*: produção excessiva de catarro nos casos de asma brônquica, bronquite aguda ou crônica, sinusite; inflamações de garganta com tosse produtiva e excreção de catarro; hipersalivação; vômito; fezes pastosas e diarréia com deposição de catarro.
- *Afecções com acúmulos não excessivos de catarro*:
  - como pequenos nódulos subcutâneos e/ou edemas em diferentes órgãos de sistemas, por exemplo como bócio edematoso e mioma uterino.
  - nos Meridianos, por exemplo nos casos de dores e de adormecimento sombrios das extremidades provocados pela umidade.
- Doenças desencadeadas pela "perturbação do *Shen*-mente" provocada pela mucosidade. A essa categoria pertencem os distúrbios psíquicos, as perturbações, as sensações de vertigem e de peso na cabeça, as cefaléias, as doenças psíquicas e psiquiátricas (mania e depressão, bem como estados de ansiedade e de agitação e fobias), doenças provocadas pelo vento-umidade, tais como epilepsia, tonturas, distúrbios da circulação sangüínea cerebral, apoplexia (também paresias pós-apoplexia).
- Segundo G. Maciocia: este ponto tem boa indicação para os casos de lesões torácicas causadas por choques ou pancadas, com hemorragia interna, e de dores torácicas, associadas ao ponto **CS-6**.

Localização

No ponto médio da linha de união do ponto **E-35** com a prega transversal anterior da articulação talocrural, na altura do ponto **E-41**; a 1 *tsun* lateral ao ponto **E-38**, entre o músculo extensor longo dos dedos e o músculo fibular curto.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, preferencialmente com o joelho flexionado.

- Técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **E-35** ("olho lateral do joelho") e o outro na altura do ponto **E-41** (no centro da prega transversal da articulação talocrural, na altura do ponto mais saliente do maléolo lateral).
- Com os dois polegares, determinar, então, o ponto médio da linha de união entre esses dois pontos, na margem anterior da tíbia.
- Depois, acrescentar lateralmente ou duas larguras do polegar sobre a margem anterior da tíbia ou uma largura do dedo médio e uma largura do polegar encostado à margem anterior da tíbia.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento sombrias, eventualmente com propagação para cima em direção aos quadris e para baixo em direção ao maléolo lateral.

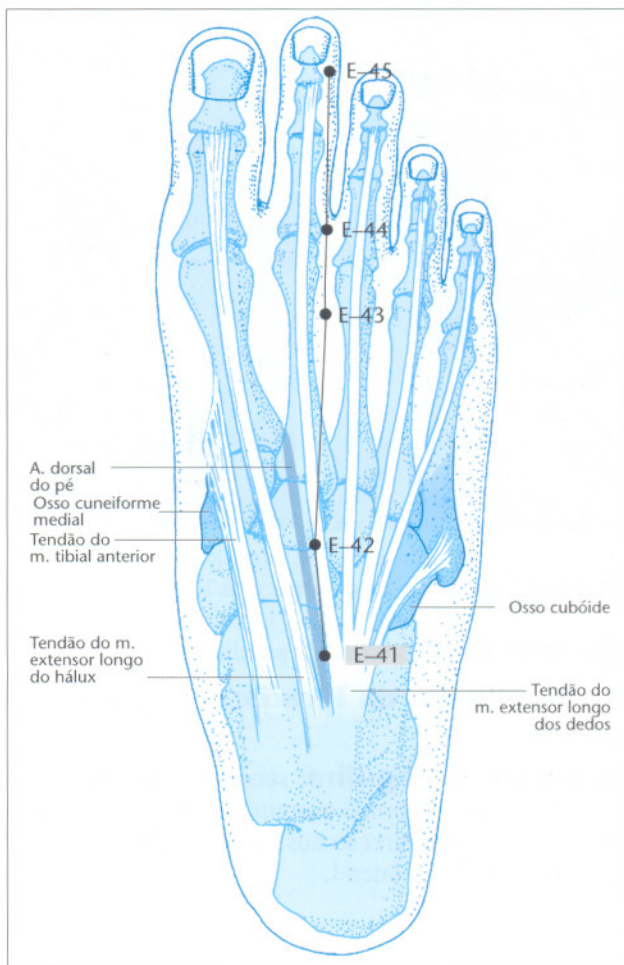
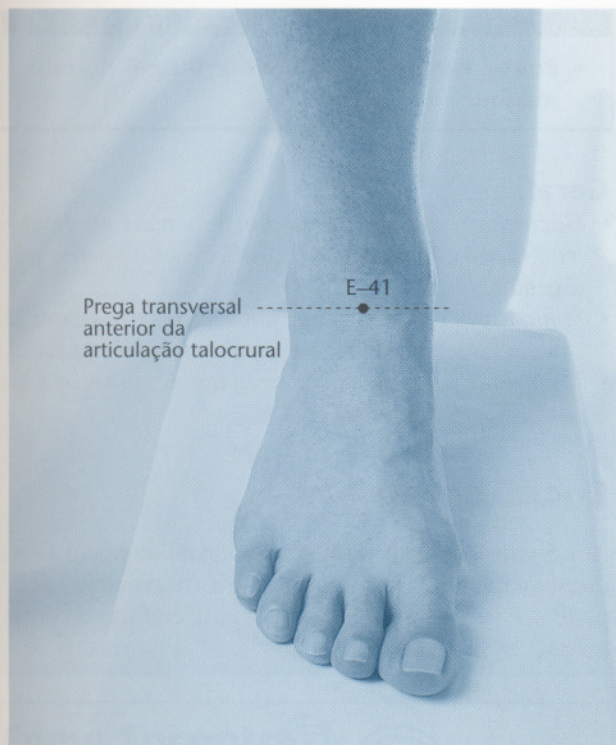
JIEXI Depressão infra-tibial

- **Ponto *King* (rio), ponto fogo**
- **Ponto de tonificação**

Geral:

- Afecções gástricas: gastrite aguda, náusea, sensação de tensão abdominal.
- Faringite.
- *Afecções na face e na região dos olhos*: edema facial, conjuntivite, cefaléias, tonturas.
- *Distúrbios psíquicos* com estados de agitação e de confusão mental, epilepsia.

Localização

No ponto médio da prega transversal anterior da articulação talocrural (na linha de união entre os ossos das partes lateral e medial do pé), entre os tendões dos músculos extensor longo dos dedos e extensor longo do hálux.

Função Tradicional

Fortalece o *Qi* do Baço, alivia e elimina o calor do Estômago, elimina a umidade e a estagnação, elimina o vento e acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local: queixas na região do pé e da articulação talocrural.

Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade, distúrbios da circulação sangüínea periférica e paresias dos membros inferiores.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado e com o pé levantado.

- Procurar o ponto médio da prega transversal anterior da articulação talocrural, na altura do ponto mais saliente do maléolo lateral.
- Quando o paciente eleva o hálux, o tendão do músculo extensor longo do hálux pode ser melhor visualizado.
- O ponto **E-41** localiza-se lateralmente ao tendão, em uma depressão que pode ser facilmente palpada.

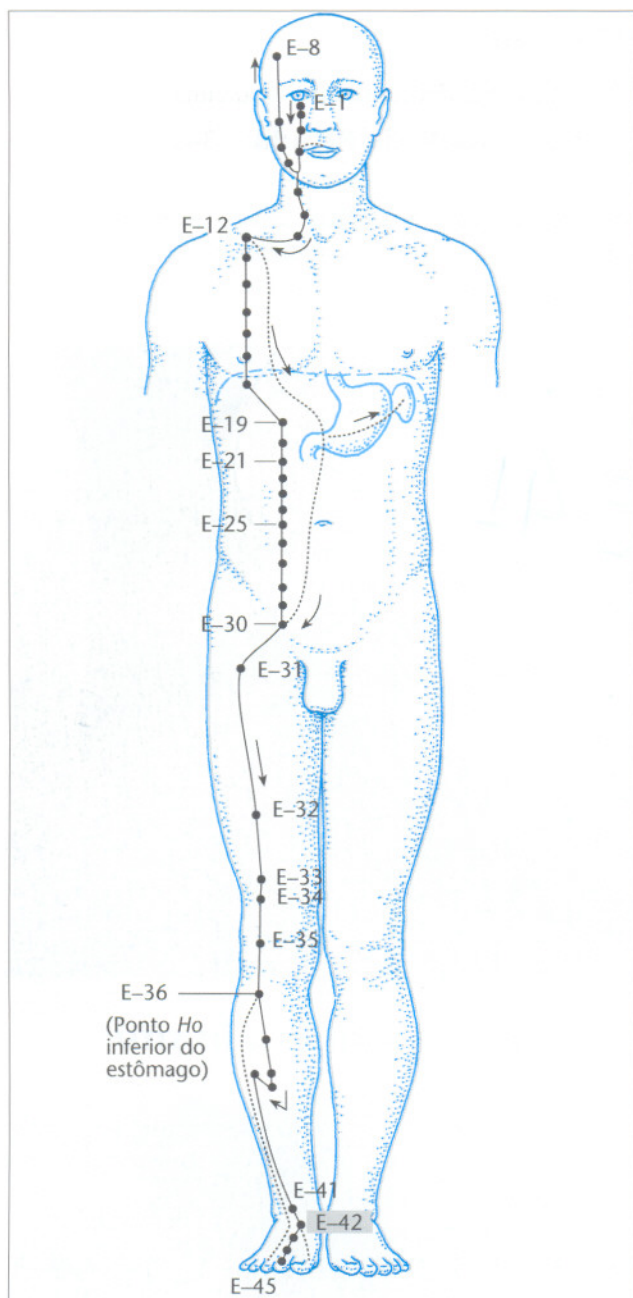
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,3-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação até no calcanhar e nos dedos do pé.

Posição da Agulha *in situ*

CHONGYANG Afluência do *Yang*

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Estômago

Geral:

- *Gastralgia*: dores e sensação de tensão no epigástrio, hiper e hipoacidose, distúrbios do apetite e da digestão.
- *Ponto distante para a face*: por exemplo, nos casos de paresia facial, dores de dente na maxila, edema facial.
- *Distúrbios psíquicos* com estados de agitação e de confusão mental, cefaléias.

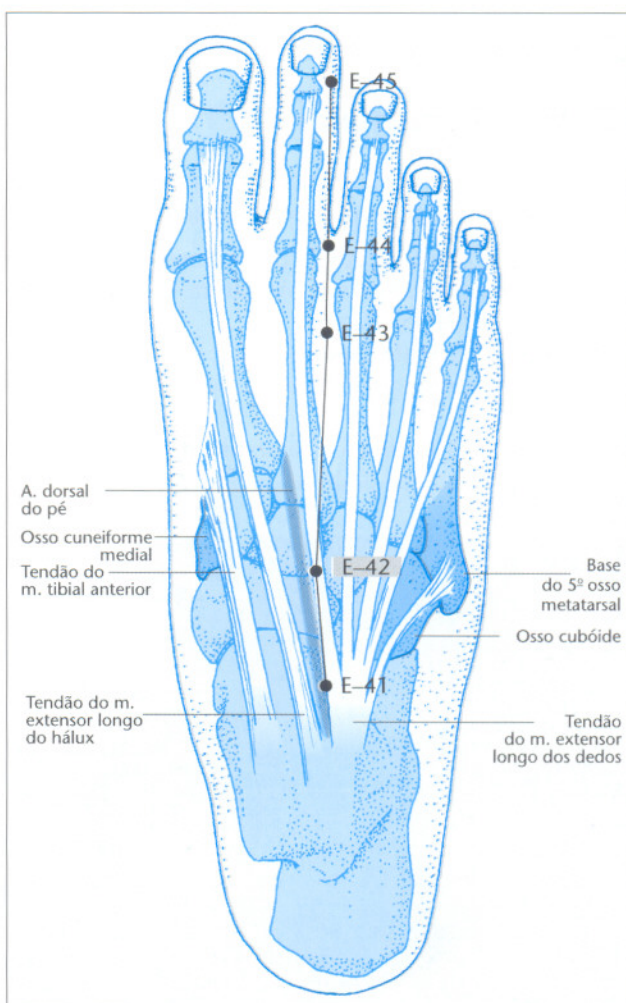
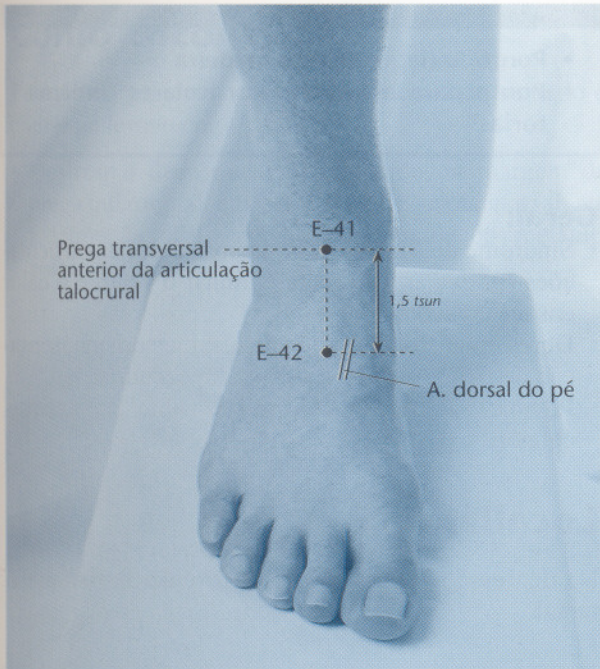
Localização

A 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) distal ao ponto **E-41**, diretamente lateral ao ponto onde a artéria dorsal do pé pode ser palpada, sobre o arco mais elevado do dorso do pé.

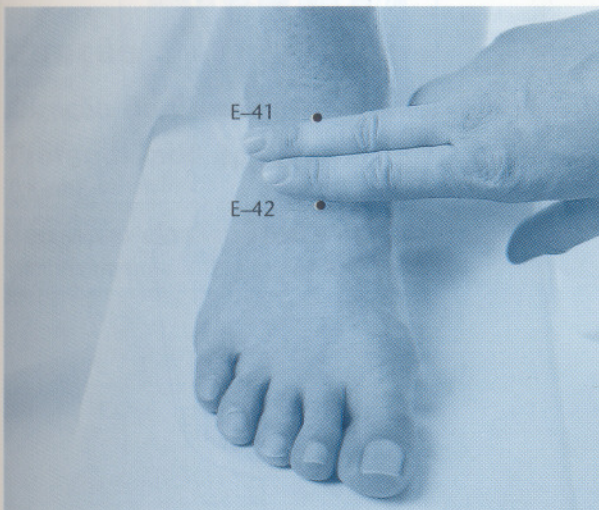
Função Tradicional

Fortalece o Baço e elimina a umidade e os edemas provocados por ela, harmoniza o Estômago, acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores e edemas no dorso do pé, espasmos e paresias dos membros inferiores.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado e com o pé levantado.

- A partir do ponto **E-41**, procurar o ponto médio da prega transversal anterior da articulação talocrural, lateral ao tendão do músculo extensor longo do hálux; com o hálux elevado, este tendão pode ser melhor visualizado.
- Medir aproximadamente 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) a partir do ponto **E-41** e palpar a artéria dorsal do pé sobre o arco mais elevado do dorso do pé; o ponto **E-42** localiza-se diretamente lateral a esta região.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

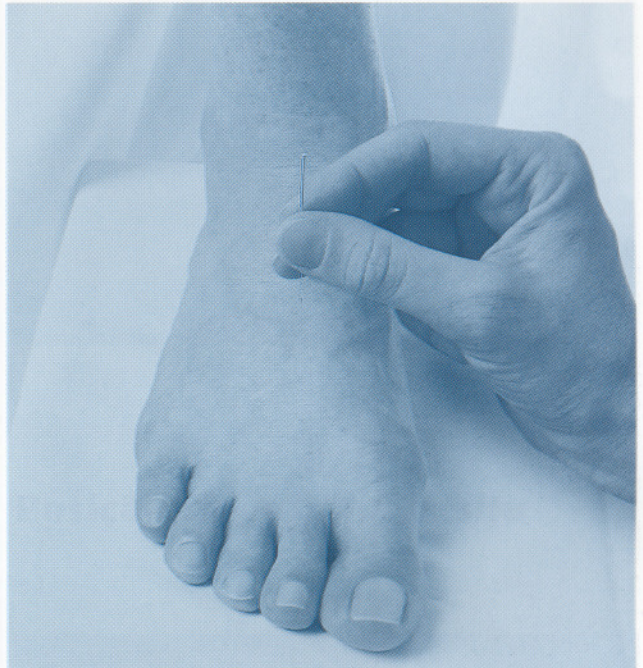
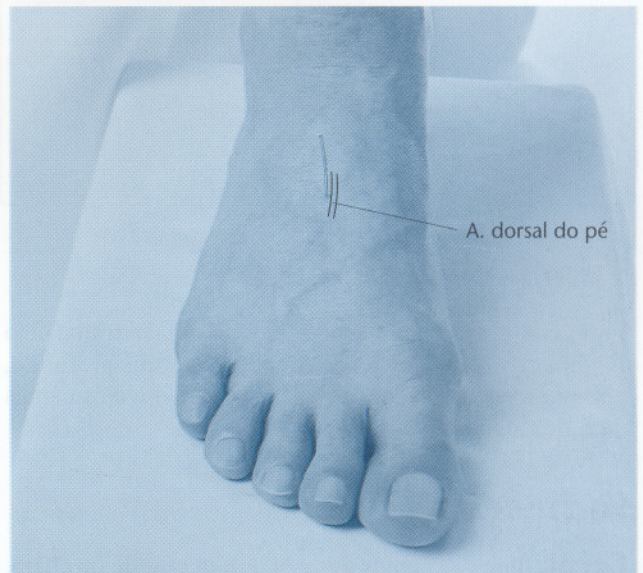
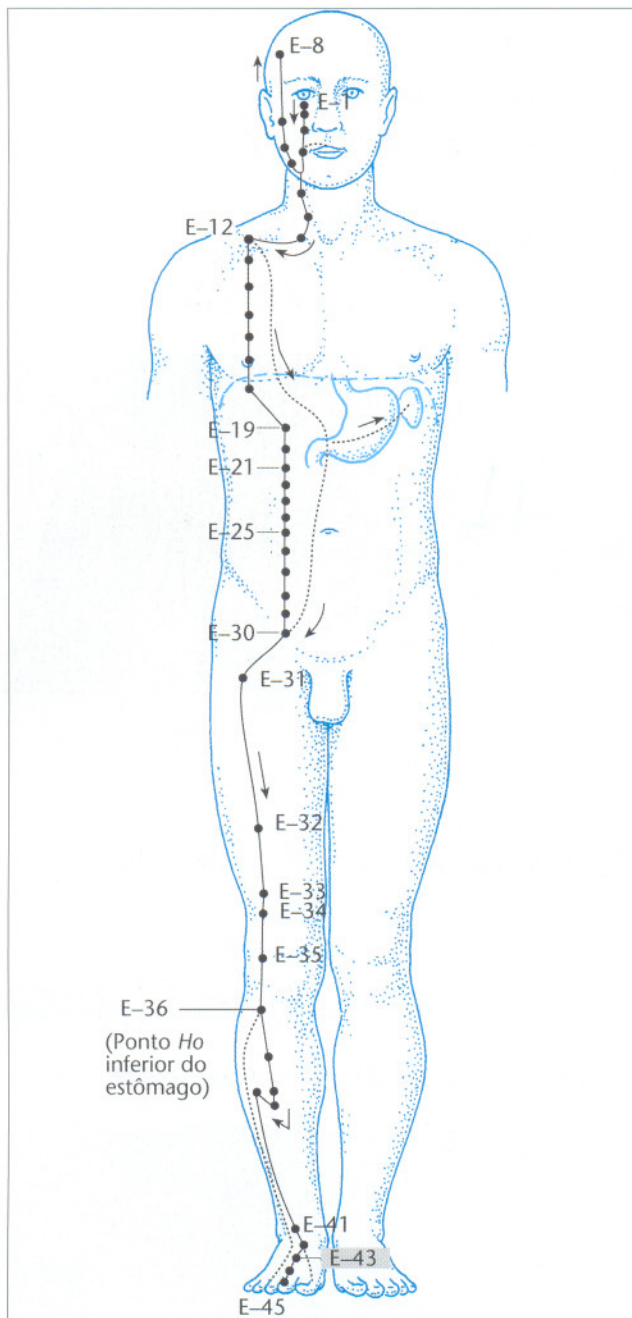
Profundidade da Picada: 0,2-0,5 *tsun* (W: 0,3-0,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria ou uma leve dor que se propaga.

Atenção: cuidado com a artéria dorsal do pé.

Posição da Agulha *in situ*

E-43 XIANGU Vale submerso

- **Ponto *lu* (lago), ponto madeira**
- **Ponto para as afecções articulares "inflamatórias"**

Função Tradicional

Fortalece o Baço e elimina a umidade, harmoniza o Estômago e torna seu *Qi* contracorrente mais profundo, elimina o vento e o calor, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes.

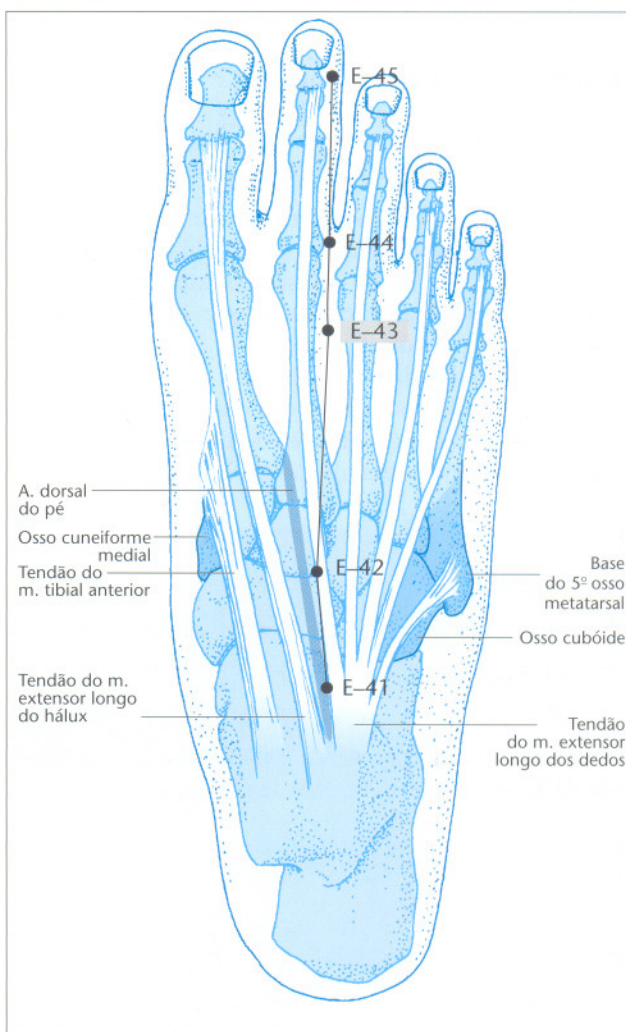
Indicação

Local: dores e edemas nos pés, problemas de pé chato.

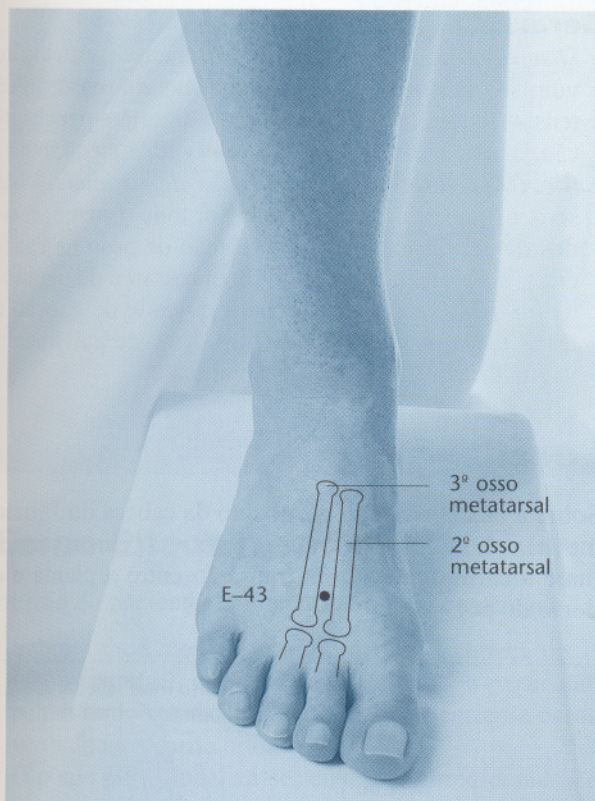
Geral:

- Síndrome de *Bi* (síndrome da obstrução) das articulações (p. ex., artrite), para eliminar o vento e o calor das articulações.
- Dores epigástricas e abdominais, meteorismo, sensação de plenitude no tórax e no hipocôndrio.
- Edema facial ou generalizado, tonsilite, conjuntivite, cefaléia.

Localização

Na depressão entre as bases do 2º e do 3º osso metatarsal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com o pé levantado.

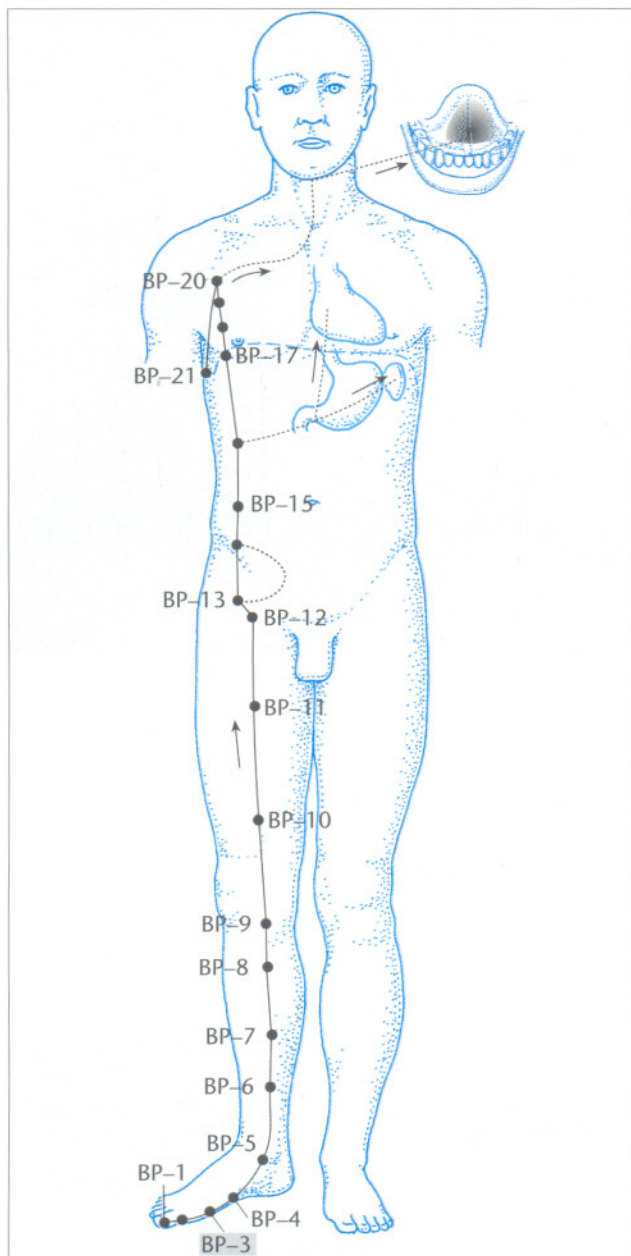
- Deslizar o dedo que está palpando da margem da prega interdigital, entre o 2º e o 3º osso metatarsal, até a depressão localizada atrás das articulações metatarsofalângicas.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,3-0,8 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria ou uma leve dor que se propaga.

BP-3 TAIBAI Extrema brancura

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Baço-Pâncreas
- Ponto *Iu* (lago), ponto terra
- Importante ponto para o fortalecimento do Baço (com aplicação nos casos de síndromes de deficiência do Baço)

Função Tradicional

Fortalece o Baço e auxilia suas funções de transporte e de transformação, transforma a umidade e a umidade-calor, harmoniza o aquecedor médio e regula seu fluxo de *Qi* (estimula o peristaltismo do estômago).

Indicação

Geral:

- *Distúrbios do trato gastrintestinal*: náusea, eructação, vômitos, gastrite, cólica com dor intensa, sensação de tensão abdominal e espasmos, má digestão, má absorção, diarréia, obstipação, gastrenterite, meteorismo.
- *Afecções causadas pelo excesso de umidade*, com sensação de peso generalizada por todo o corpo, estados de confusão mental e sensação de peso na cabeça e perturbações, sensação de opressão e de plenitude no tórax e no epigástrio, dificuldade de micção e urina turva, fluxo vaginal (nos casos de corrimento vaginal espesso), queixas reumáticas.

Localização

Sobre a face medial do pé, abaixo da cabeça do 1º osso metatarsal, na linha de transição entre a "carne vermelha e a carne branca" (na transição entre a planta e o dorso do pé).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Sobre a face medial do pé, procurar a cabeça do 1º osso metatarsal, que é bastante saliente; a partir daí, palpar ao longo da linha de transição entre "a carne vermelha e a carne branca".
- O ponto **BP-3** localiza-se, então, em uma depressão facilmente palpável na transição entre a cabeça e o corpo do 1º osso metatarsal.

Punção

Direção da Picada: perpendicular, de medial a lateral.

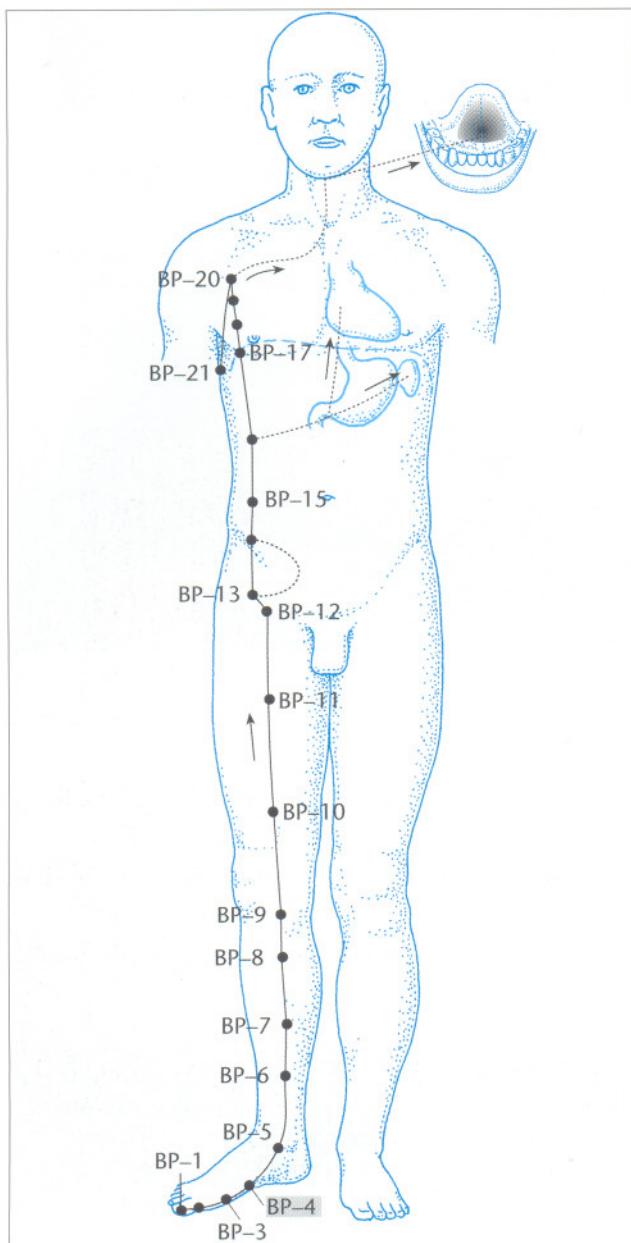
Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria e dor.

> **!** Nos casos de afecções que causam o agravamento da umidade, recomenda-se a estimulação sedativa da agulha.
> **Atenção:** técnica dolorosa!

Posição da Agulha *in situ*

BP-4

GONGSUN Neto do soberano

Função Tradicional

Fortalece o Baço e o Estômago, harmoniza o Estômago e regula o fluxo de *Qi*, principalmente no aquecedor médio (estimula o peristaltismo gastrintestinal), abre o Meridiano Extraordinário *Chong Mai*, regula a menstruação.

- Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Baço-Pâncreas
- Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário *Chong Mai*

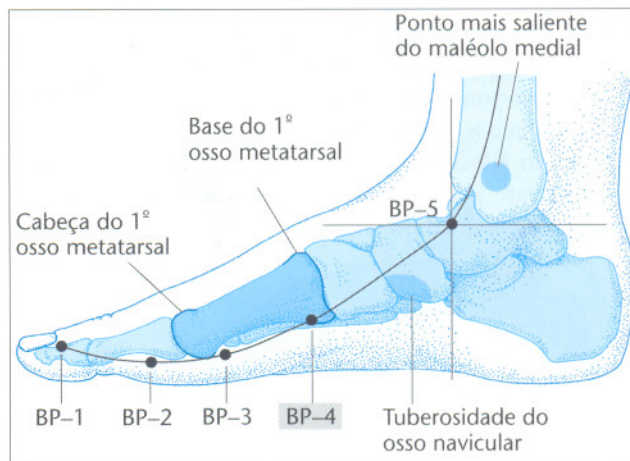
Indicação

Local: queixas na região do maléolo medial, edema e dores nos dedos e nos pés.

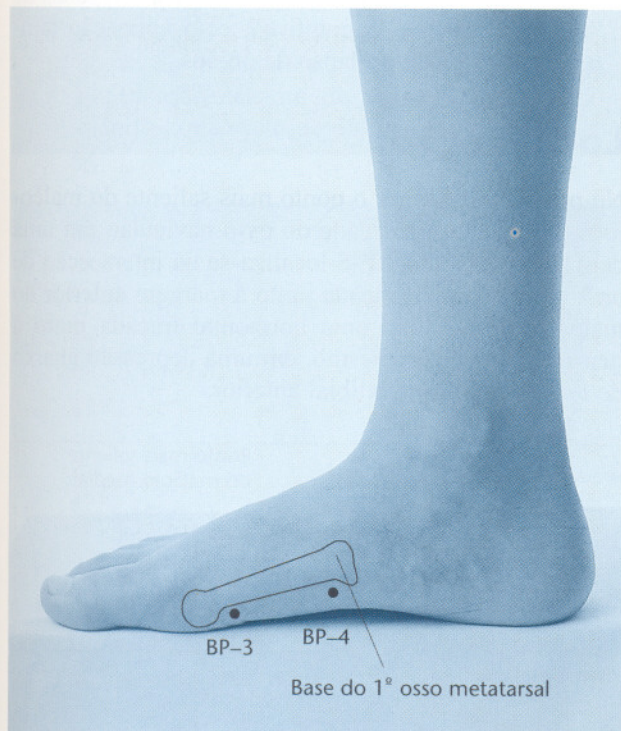
Geral:

- *Distúrbios do trato gastrintestinal*: vômito, náusea, dores (principalmente no epigástrio), sensações de tensão e de plenitude no abdome, distúrbios do apetite e da digestão, síndrome de Roemheld, diarréia e meteorismo.
- *Distúrbios menstruais*: dismenorréia, hipermenorréia, menstruação irregular e infertilidade.
- *Distúrbios das funções sexuais*: por exemplo, problemas de impotência.

Localização

Em uma depressão localizada distalmente e abaixo da base do 1º osso metatarsal, na linha de transição entre a "carne vermelha e a carne branca" (na transição entre a planta e o dorso do pé).

Como Encontrar

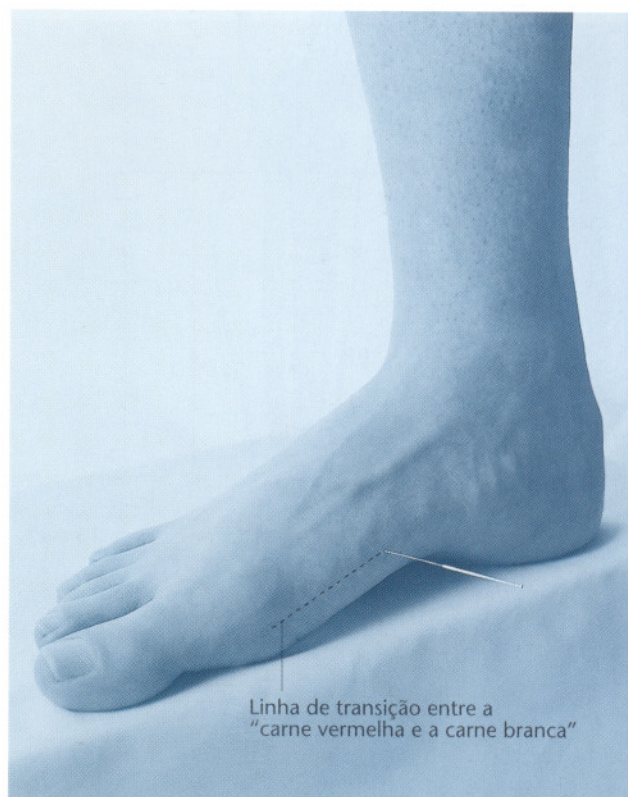
Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Sobre a face medial do pé, junto da cabeça do 1º osso metatarsal, que é bastante saliente, procurar o ponto **BP-3**: esse ponto localiza-se abaixo do 1º osso metatarsal, na linha de transição entre a "carne vermelha e a carne branca", em uma depressão facilmente palpável.
- Palpar, então, a partir dessa região e ao longo da linha de transição em direção ao calcâneo.
- O ponto **BP-4** localiza-se distalmente abaixo da base do 1º osso metatarsal, em uma depressão.

Punção

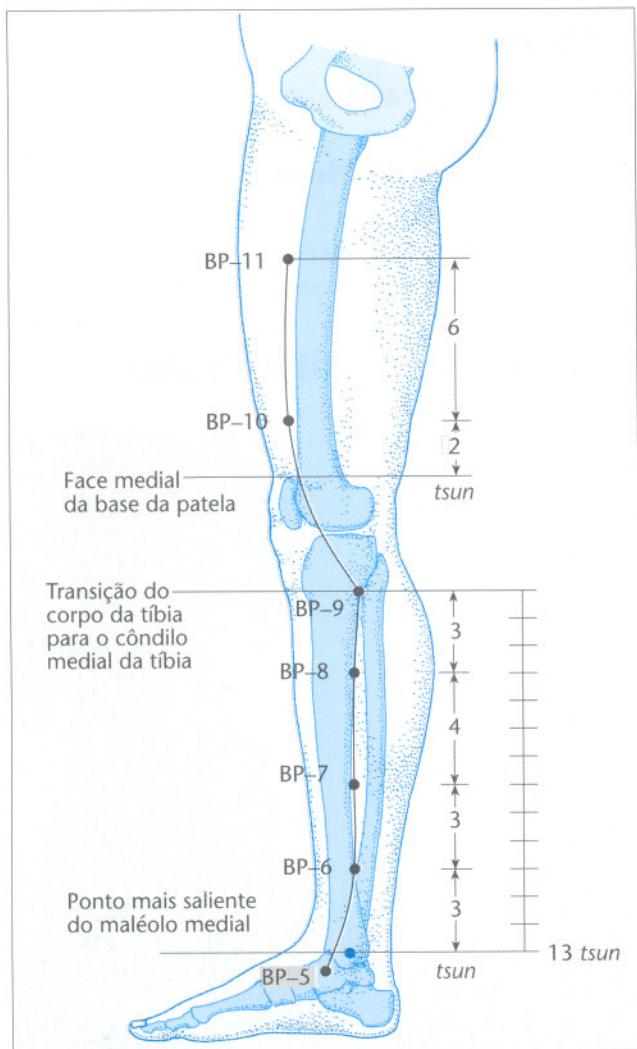
Direção da Picada: perpendicular, de medial a lateral.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: dor e sensação de tensão sombria, eventualmente ao longo da planta do pé.

Posição da Agulha *in situ*

Relaxamento uterino, dismenorreia, prevenção de aborto, epigastralgia, vômitos diarreia distensão abdominal.

SHANGQIU Melodia na colina

- Ponto *King* (rio), ponto metal
- Ponto de sedação

Função Tradicional

Fortalece o Baço e sua função de transformação, elimina a umidade.

Indicação

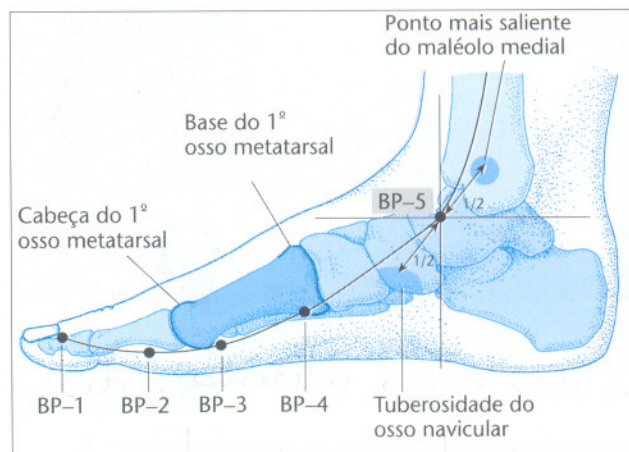
Local e Relacionada ao Meridiano: síndrome de *Bi* da umidade (artrite) com edema na musculatura e nas articulações da região do joelho e do tornozelo; queixas nas articulações talocrural e talocalcaneonavicular, tais como distorções; edema nos membros inferiores; complexo sintomático varicoso, úlcera crural.

Geral:

- *Doenças reumáticas* das articulações e dos músculos, principalmente nos casos de edema com dor moderadamente sombria e fixa e sensação de peso e adormecimento.
- *Distúrbios do trato gastrintestinal* tais como náusea, vômitos, sensação de tensão abdominal, distúrbios do apetite e da digestão, meteorismo, obstipação, diarréia e hemorróidas.
- Segundo J. Bischko: ponto de influência nos casos de "astenia do tecido conjuntivo", com aplicação também nos casos de prolapso de órgãos.

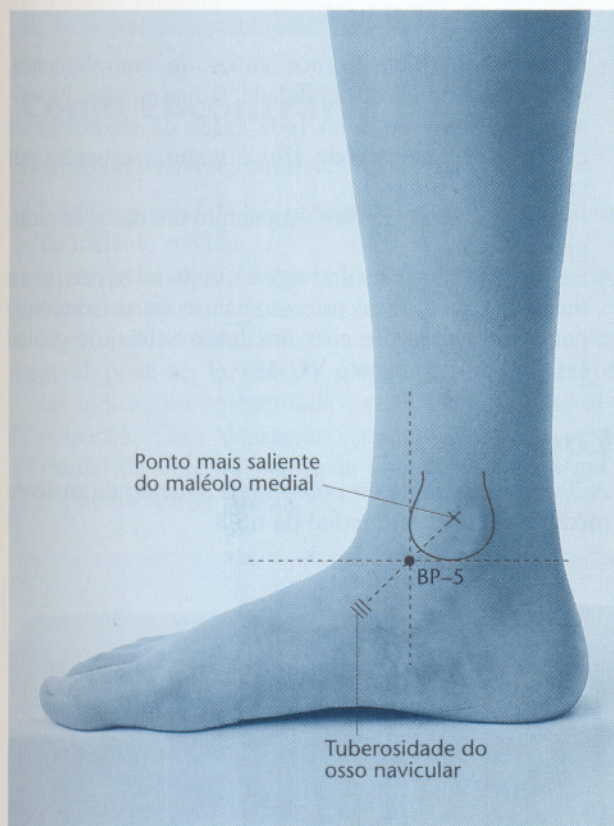
Localização

No ponto médio entre o ponto mais saliente do maléolo medial e a tuberosidade do osso navicular, em uma depressão. O ponto **BP-5** localiza-se na intersecção de uma perpendicular traçada junto à margem anterior do maléolo medial com uma horizontal traçada junto à margem inferior do mesmo, em uma depressão abaixo do tendão do músculo tibial anterior.

SHANGQIU Melodia na colina

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com a planta do pé totalmente em contato com o chão.

- Distalmente e logo abaixo do maléolo medial, procurar uma depressão, que pode ser facilmente palpada; esta localiza-se no ponto médio da linha de união entre o ponto mais saliente deste maléolo e a tuberosidade do osso navicular.

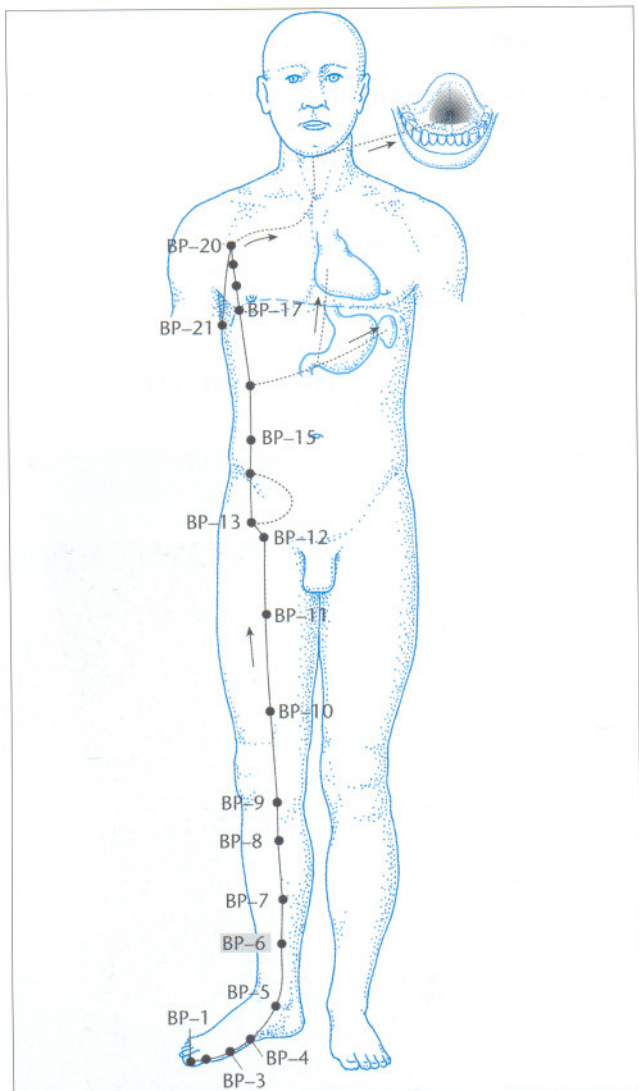
! Para facilitar a identificação da tuberosidade do osso navicular e para que a depressão possa ser melhor visualizada, peça ao paciente que prone e abduza o pé. Com isso, a tuberosidade irá sobressair-se a aproximadamente 2 *tsun* (2 larguras do polegar) abaixo (caudal-distal) do ponto mais saliente do maléolo medial, formando um ângulo de 45° com este.

Punção

Direção e Profundidade da Picada: perpendicular ou oblíqua, com 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,5-0,8 cm) ou subcutânea em direção ao ponto **E-41**, com 1-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento e de peso locais e sombrias ao redor das articulações talocrural e talocalcaneonavicular.

Posição da Agulha *in situ*

Patologias ginecológicas, alterações menstruais, dismenorreia
GP ejaculação precoce, disúria, diarreia, indigestão

BP-6 SANYINJIAO Ponto de encontro dos três *Yin*

- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Rim e com o Meridiano Principal do Fígado
- Importante ponto com amplo espectro de ação

Geral:

- *Ponto principal para todas as afecções ginecológicas*: distúrbios menstruais como dismenorréia, menstruação irregular, metrorragia, síndromes pré-menstruais e amenorréia; infertilidade, dores e prurido nos genitais externos, fluxo vaginal, prolapso do útero, queixas climatérias; na obstetrícia, nos casos de deficiência nas contrações, para estimular o início do trabalho de parto e facilitar o nascimento, placenta retida e sangramento pós-parto.
- *Distúrbios nas vias urinárias*: infecção das vias urinárias com sintomas tais como disúria, micção excessiva e distúrbios da micção.
- Prostatite e orquite.
- *Distúrbios do trato gastrintestinal*: por exemplo, meteorismo, diarréia, dores no abdome e colo irritável.
- *Doenças da pele* (causadas pelo calor do sangue): por exemplo, eczema.
- *Ponto de tonificação* nos casos de convalescença, depressão, estados de debilidade, fadiga crônica, hipotônus, distúrbios do sono (nos casos de síndromes de carência de sangue e de *Yin*) e tonturas causadas por carência de sangue.
- Ponto para anestesia com acupuntura nos casos de cirurgias pélvicas.
- Segundo König/Wancura: este é um ponto básico para o tratamento de doenças psicossomáticas (associado com o ponto **C-7**) e de afecções nos tratos urinário e genital (associado com o ponto **VC-4**).

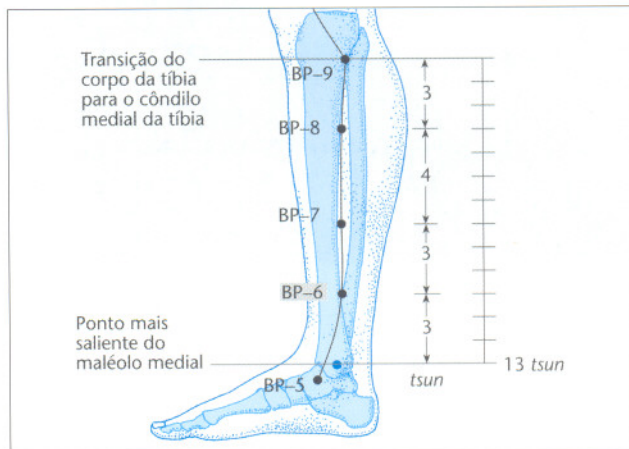
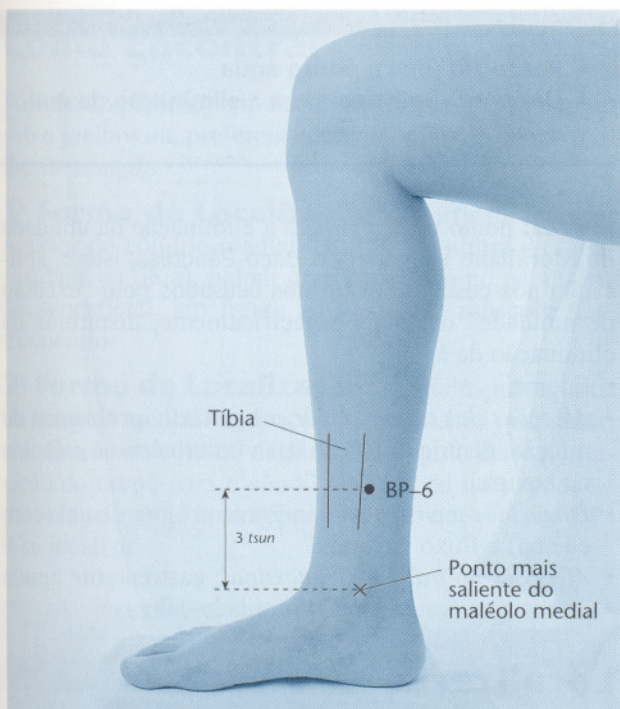
Função Tradicional

Fortalece o Baço e estimula suas funções de transporte e de transformação, transforma a umidade e dissipa-a, nutri o sangue e o *Yin*, estimula o fluxo sangüíneo e de *Qi* e remove a estagnação de *Qi* e de sangue, fortalece o Rim e regula o útero e a menstruação, alivia as dores, sobretudo no baixo abdome, refresca (elimina) o calor do sangue, regula o fluxo de *Qi* do Fígado, acalma o *Shen*-mente (sobretudo nos casos de síndromes de carência de sangue e de *Yin*).

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas nos membros inferiores, polineuropatia, distúrbios da circulação sangüínea periférica, flebite, linfangite, úlcera crural crônica.

Localização

A 3 *tsun* proximais ao ponto mais saliente do maléolo medial, na margem medial da tíbia.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Na face medial do pé, procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- A partir daí, medir 3 *tsun* (4 dedos transversos) diretamente para cima.
- O ponto **BP-6** localiza-se em uma depressão, que, em geral, pode ser facilmente palpada e que, para aquelas indicações apresentadas, costuma ser sensível à palpação. Essa depressão encontra-se na margem medial da tíbia ou, algumas vezes, mais próxima à margem anterior desta.

Punção

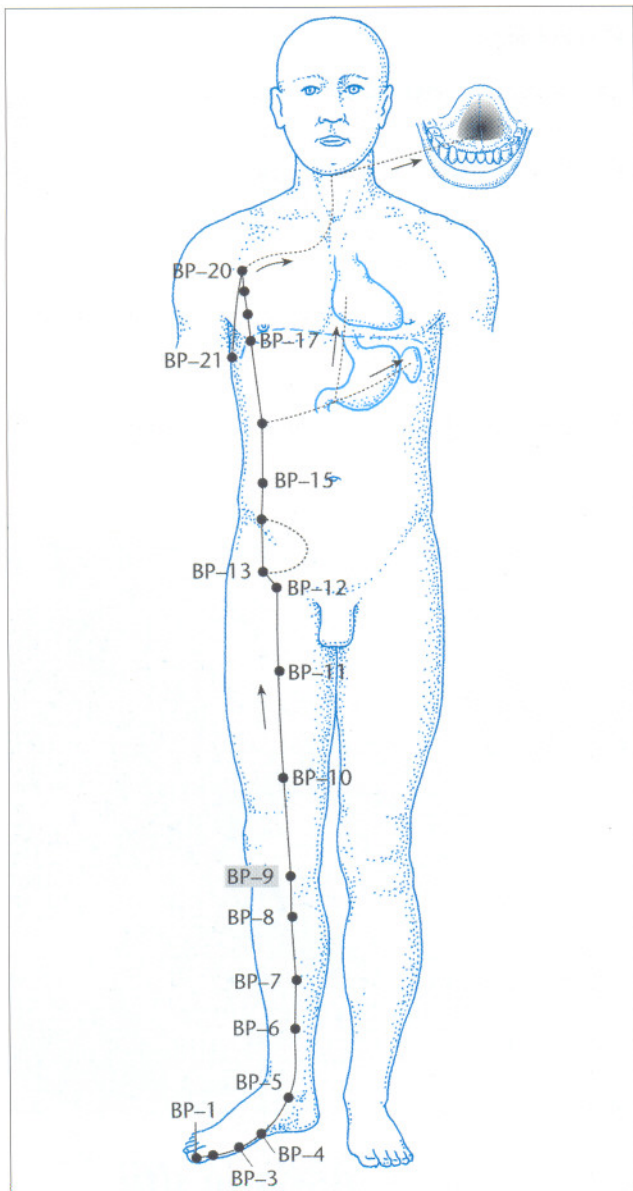
Direção da Picada: perpendicular, atrás da margem da tíbia, em direção à fíbula.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2,5 cm); quando a direção da picada for oblíqua, até 2 *tsun* (W: 1-3 cm); ou, nos casos de paresia, profundamente, até o ponto **VB-39**.

Sensação da Agulha: adormecimento local e sensação de tensão sombria, freqüentemente com propagação até a planta do pé ou em direção ao joelho.

Atenção: o ponto **BP-6** estimula as contrações do útero, por isso ele é contra-indicado durante a gravidez, exceto para facilitar o parto.

Posição da Agulha *in situ*

BP-9 YINLINGQUAN Fonte de *Yin* na colina

- **Ponto *Ho* (mar), ponto água**
- **Um ponto principal para a eliminação da umidade**

Geral: ponto principal para a eliminação da umidade do Meridiano Principal do Baço-Pâncreas, isto é, aplicação nos casos de distúrbios causados pelo "excesso de umidade" ou, mais especificamente, distúrbios da eliminação de água:

- Edema.
- *Afecções dos tratos urinário e genital*: problemas de micção, disúria, infecção das vias urinárias e cálculos na bexiga.
- *Distúrbios menstruais*: síndrome pré-menstrual (com edema) e fluxo vaginal.
- *Afecções no trato gastrintestinal*: gastrenterite aguda ou diarréia (causada pela umidade-calor).

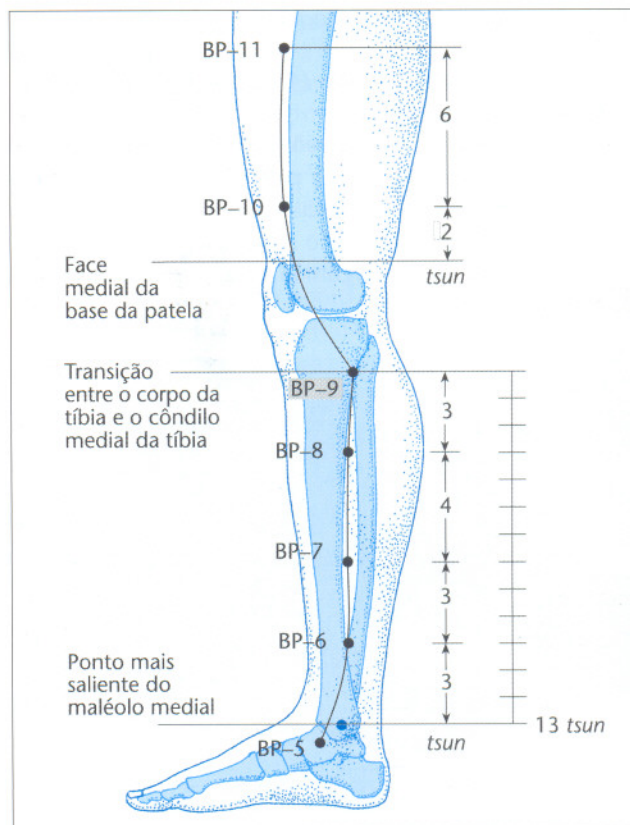
Localização

Com o joelho flexionado, em uma depressão na margem inferior do côndilo medial da tíbia, na transição entre ele e o corpo da tíbia, no pé anserino superficial, em frente ao ventre do músculo gastrocnêmio.

Função Tradicional

Fortalece o Baço, transforma e elimina a umidade, a umidade-calor e a umidade-frio, sobretudo do aquecedor inferior, regula a via das águas e estimula a diurese.

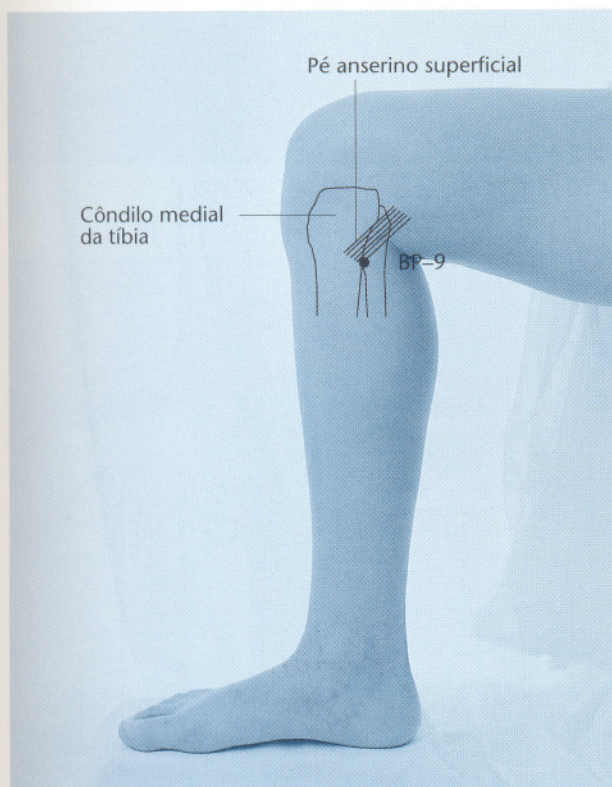
Indicação

Local: dor e edema nos joelhos, gonartrite e gonartrose.
Relacionada ao Meridiano: dores na região dos ramos *Yangming* e *Taiyin* (Intestino Grosso-Estômago e Baço-Pâncreas-Coração), ponto distante para os casos de dor nos ombros (ventral); paresias, edemas e formigamento nos membros inferiores.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal (com um apoio sob o joelho) ou, preferencialmente, sentado com o joelho flexionado.

1ª Forma de Localização: a partir da margem inferior do côndilo medial da tíbia (na altura da tuberosidade da tíbia), palpar uma depressão no pé anserino superficial, em frente ao ventre do músculo gastrocnêmio.

2ª Forma de Localização: medialmente a partir da margem medial da tíbia, palpar para cima (proximal) em direção ao côndilo da tíbia. No ângulo entre a transição do corpo para o côndilo medial da tíbia, pode-se palpar facilmente uma depressão; é ali que o ponto **BP-9** se localiza.

> **!**
> - O ponto **BP-9** localiza-se na mesma altura do ponto **VB-34**.
> - Para as indicações apresentadas, este ponto, em geral, é sensível à palpação.

Punção

Direção da Picada: perpendicular (ao longo da margem medial da tíbia).

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação para baixo em direção aos pés ou para cima em direção ao períneo.

Posição da Agulha *in situ*

XUEHAI Mar de sangue

Função Tradicional

Regula o sangue e a menstruação, remove a estagnação de sangue, sobretudo no útero, refresca o sangue (quando há calor no sangue) e estanca as hemorragias.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores na região medial das coxas e dos quadris, queixas no joelho, tais como artrite na articulação do joelho e debilidade dos ligamentos do joelho.

- **Ponto sintomático nos casos de alergia**

Geral:

- *Distúrbios menstruais*: dismenorréia e menstruação irregular (relacionadas com a estagnação de sangue), menorragia e metrorragia (causadas pelo calor no sangue) e amenorréia (causada pela estagnação de sangue).
- *Doenças da pele*: inflamações na pele com prurido, dor, edema, vermelhidão e, eventualmente, pus (p. ex., eczema e erisipela); prurido e neurodermatite.
- *Segundo G. Stux*: este é um importante ponto para a estimulação da imunidade nos casos de doenças infecciosas.

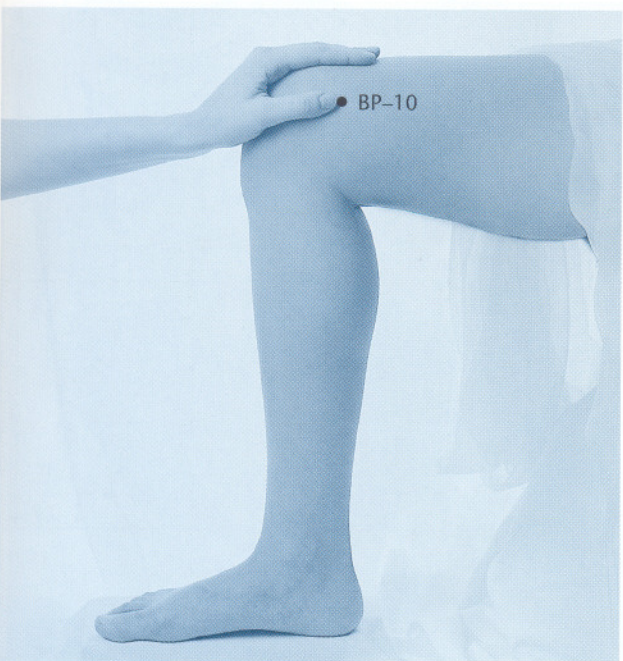
Localização

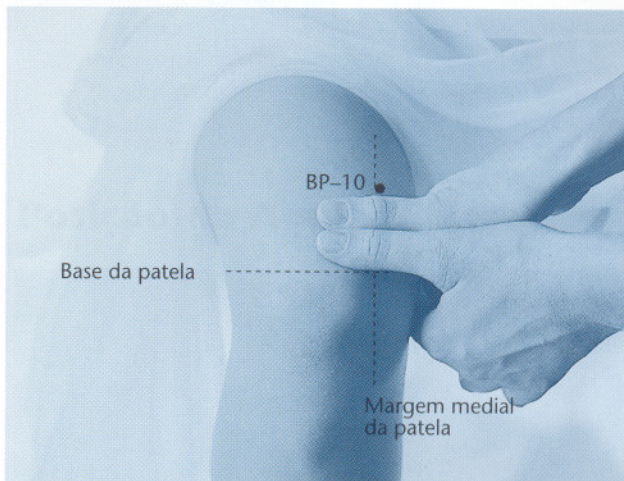
Com o joelho flexionado, a 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) proximais à intersecção entre a margem medial da patela e a base da patela, na face medial do músculo vasto medial.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal (com um apoio sob o joelho) ou, preferencialmente, sentado e com o joelho flexionado.

1ª Forma de Localização: o terapeuta deve colocar a palma da mão esquerda sobre a patela da perna direita do paciente, envolvendo a articulação do joelho.

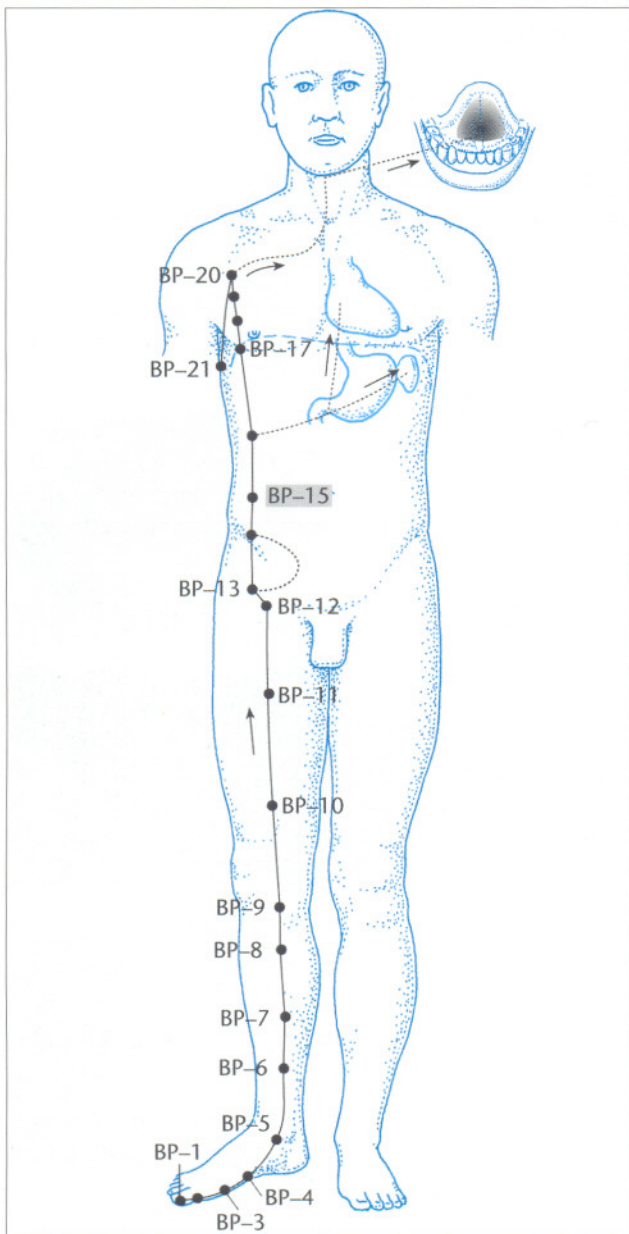
- O polegar aberto em um ângulo de 45º é colocado medialmente, enquanto os outros dedos repousam sobre a parte da coxa acima do joelho.
- A extremidade do polegar aponta para o **BP-10**.

2ª Forma de Localização: 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) proximais à intersecção da margem medial com a base da patela.

> !
> - O ponto **BP-10** localiza-se em uma depressão que pode ser facilmente palpada no músculo vasto medial.
> - Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 1-1,5 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, às vezes com propagação pela articulação do joelho ou até os quadris.

Posição da Agulha *in situ*

DAHENG Grande linha transversal

- **Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Yin Wei Mai***
- **Importante ponto nos casos de queixas no abdome, com intensa ação sobre o peristaltismo do intestino grosso**

Função Tradicional

Fortalece o Baço e suas funções de transporte e de transformação, elimina a umidade, regula e descongestiona o *Qi* do intestino (ação facilitadora da evacuação por meio da estimulação do peristaltismo intestinal).

Indicação

- *Distúrbios do trato gastrintestinal* tais como distúrbios da digestão, disenteria, diarréia crônica com deposição de catarro (nos casos de carência de *Qi* do baço), obstipação crônica (comumente associado com o ponto **TA-6**), dores e sensação de tensão no abdome, sobretudo na região paraumbilical (associado com os pontos **E-25**, **VC-6** e **VC-12**).
- Segundo G. Maciocia: nos casos de extremidades frias e enfraquecidas, este ponto estimula o transporte dos nutrientes essenciais até estas regiões.

Localização

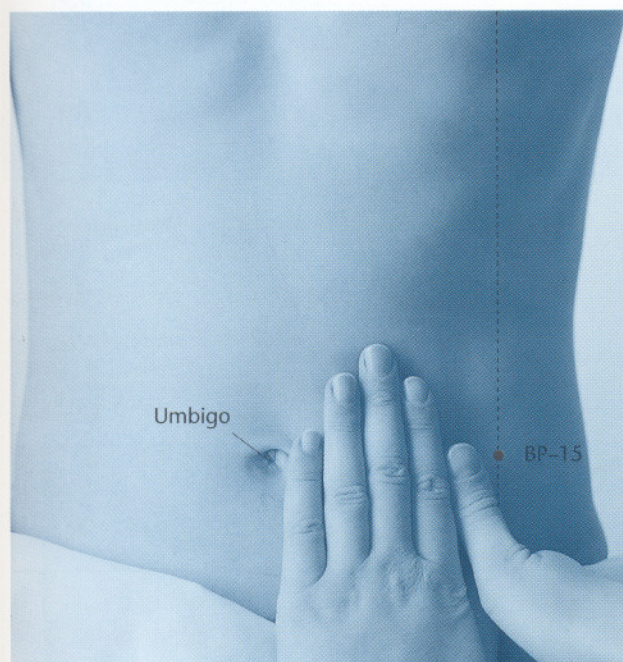
A 4 *tsun* laterais ao umbigo, sobre a linha mamilar, ao lado da margem lateral do músculo reto do abdome.

DAHENG Grande linha transversal

BP-15

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- Procurar o umbigo; o ponto **BP-15** localiza-se a 4 *tsun* (4 dedos transversos mais 1 largura do polegar) laterais a ele.

Punção

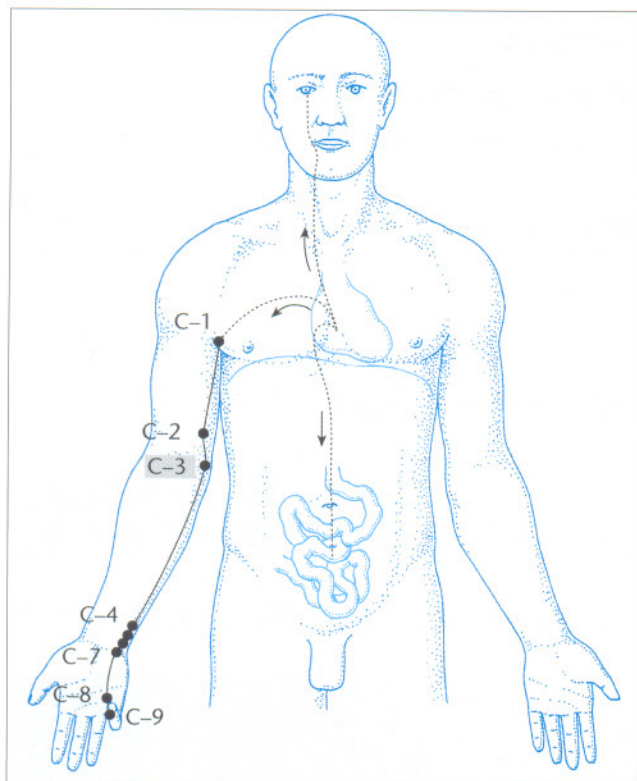
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 1-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento e de peso sombrias, com propagação pela região inguinal.

> **!** A orientação pela linha mamilar perpendicular é mais precisa do que a medição com o *tsun* dos dedos devido às diferenças individuais no formato e no tamanho do abdome. Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Posição da Agulha *in situ*

SHAOHAI Pequeno mar

- **Ponto *Ho* (mar), ponto água**
- **Importante ponto local e ponto de tranqüilização**

Geral:

- *Distúrbios psíquicos*: distúrbios do sono, estados de confusão mental, quadros hipomaníacos, doenças psicossomáticas, indisposições depressivas (o ponto **C-3** elimina o calor do Coração e o calor perverso nos casos de carência de *Yin* do Coração; deve-se, então, deixar o ponto sangrar; portanto, inserir a agulha de forma a causar intensa estimulação).
- Angina de peito (dores no trajeto do Meridiano) e neuralgia intercostal.

Localização

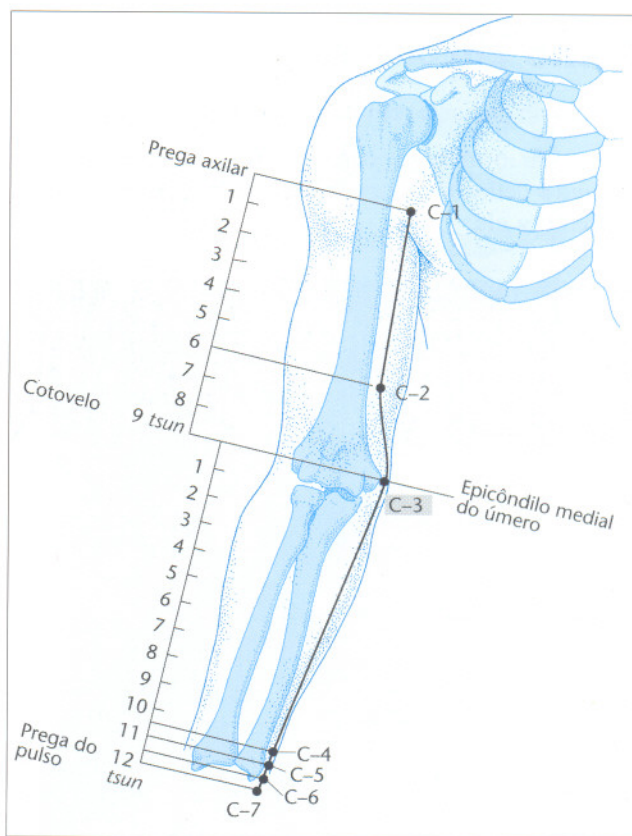
Com o cotovelo flexionado, logo abaixo da extremidade ulnar da prega do cotovelo, na direção do epicôndilo medial, em uma depressão.

Função Tradicional

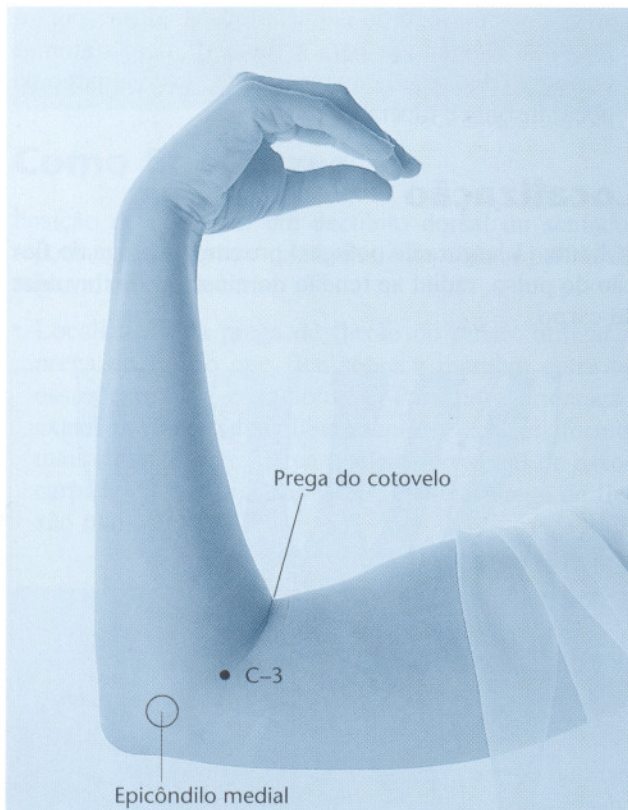
Fortalece o Coração, elimina o calor do coração (o fogo e o calor perverso do coração), clareia e acalma o *Shen*-mente, dispersa as obstruções do Meridiano (torna o Meridiano fluente), estimula a circulação de *Qi* e alivia as dores.

Indicação

Local: dor e redução da mobilidade na articulação do cotovelo, epicondilite umeroulnar e contraturas no cotovelo.

Relacionada ao Meridiano: dores, distúrbios da sensibilidade, distúrbios da movimentação e paresias nos membros superiores; tremor nas mãos; dor nos ombros e na região hipocondrial; dor e edema nos linfonados axilares.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; para a inserção da agulha, repousar o antebraço relaxadamente; o cotovelo deve estar flexionado e a palma da mão voltada para cima.

- Procurar a extremidade ulnar da prega do cotovelo e palpar em direção ao epicôndilo medial.
- O ponto **C-3** localiza-se, então, em uma depressão que pode ser facilmente palpada.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias ou adormecimento eletrizante com propagação até o antebraço ou em direção à palma da mão.

Posição da Agulha *in situ*

TONGLI Ligação para dentro

- Ponto *Luo* do Meridiano do Coração

- *Distúrbios psíquicos e psicovegetativos*: um de seus efeitos é melhorar os estados de ânimo nos casos de depressão branda; já nos casos de irritabilidade, de estados de ansiedade e de agitação, de síndrome cardíaca hipercinética e de distúrbios do sono, o ponto **C-5** tem ação calmante.
- *Segundo G. Maciocia*: este ponto é indicado para a estimulação indireta da Bexiga e tem aplicação na síndrome "do fogo do Coração que se alastra para o Intestino Delgado (e para a Bexiga)" com sintomas tais como disúria e hematúria, sede, gosto amargo na boca, insônia e ulcerações na língua.

Localização

A 1 *tsun* (1 largura do polegar) proximal à prega de flexão do pulso, radial ao tendão do músculo flexor ulnar do carpo.

Função Tradicional

Regula e fortalece o *Qi* (ponto principal!) e o *Yin* do coração, elimina os sintomas da língua, acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores no antebraço e no pulso.

Geral:

- Palpitações, distúrbios do ritmo cardíaco e tonturas.
- Rouquidão aguda, afonia (relacionada com histeria), faringite, afasia com enrijecimento da língua (p. ex., após apoplexia) e distúrbios da fala.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; repousar o antebraço relaxadamente com a palma da mão voltada para cima.

- Localização da prega de flexão do pulso: utilizar a prega de flexão que fica sobre a margem entre os ossos carpais e o rádio/ulna. Para uma orientação exata, deve-se palpar ulnarmente o osso pisiforme, mais saliente, que marca a fileira proximal de ossos carpais. Na maioria das vezes, esta é a prega de flexão mais distal.
- Com uma leve flexão do pulso, a prega de flexão correspondente e o tendão do músculo flexor ulnar do carpo podem ser melhor visualizados.
- O ponto **C-5** localiza-se a 1 *tsun* (1 largura do polegar) proximal à prega de flexão do pulso, radial ao tendão do músculo flexor ulnar do carpo.

> **!**
> - Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
> - Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para o antebraço dividida em 12 *tsun* (os 12 *tsun* correspondem à distância entre a prega do cotovelo e a prega do pulso).

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

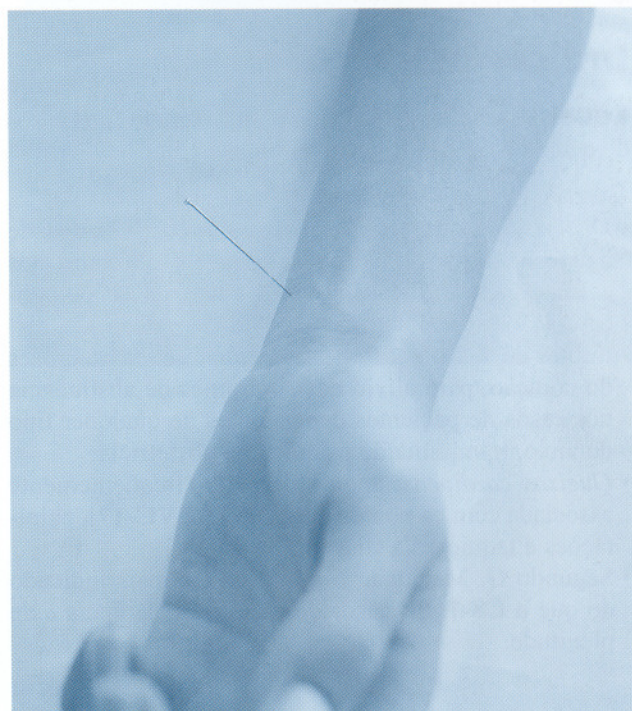
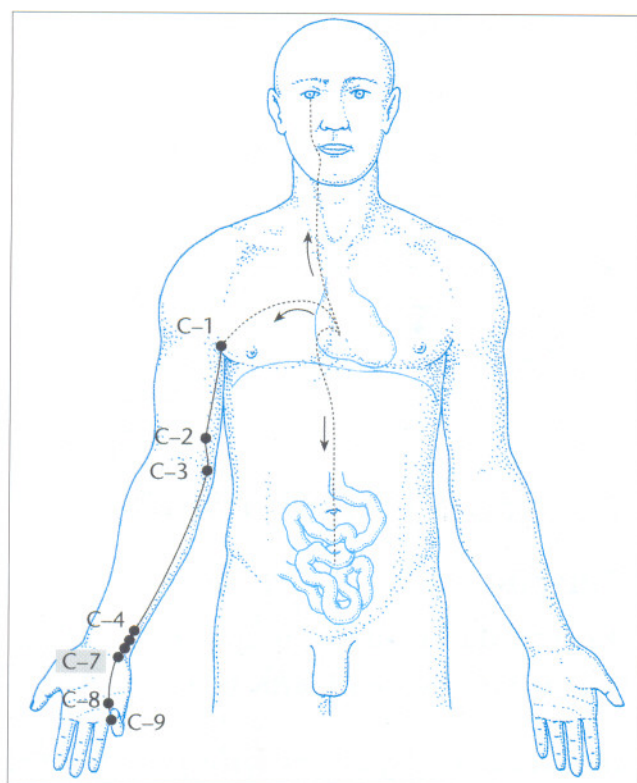
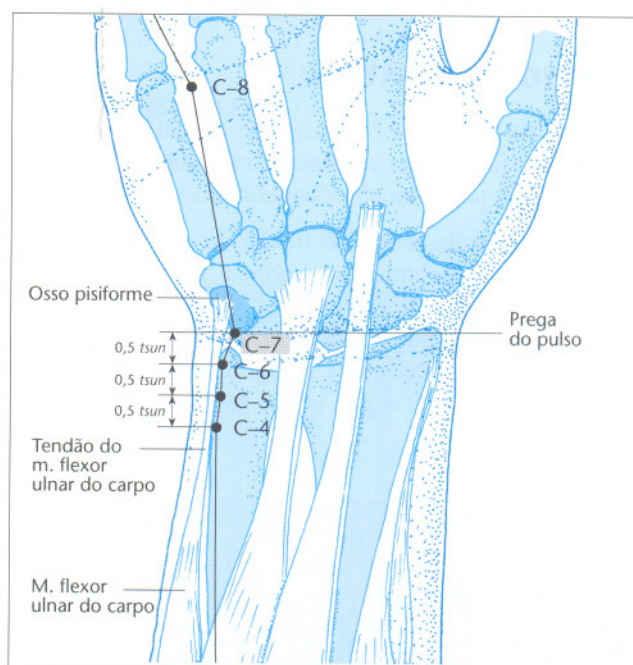
Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação para cima ou para baixo ao longo do lado ulnar do antebraço.

Posição da Agulha *in situ*

SHENMEN Portal do espírito

- Ponto *Iu* (lago), ponto terra
- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Coração
- Ponto de sedação
- Um dos mais importantes pontos de acupuntura com uma ação tranqüilizante geral

Localização

Proximal ao osso pisiforme, na depressão lateral (radial) ao tendão do músculo flexor ulnar do carpo, na prega de flexão do pulso.

Função Tradicional

Fortalece e nutre o sangue do Coração, alivia e elimina o fogo do Coração e o calor, dispersa as obstruções do Meridiano e torna-o fluente, acalma o *Shen*-mente.

Indicação

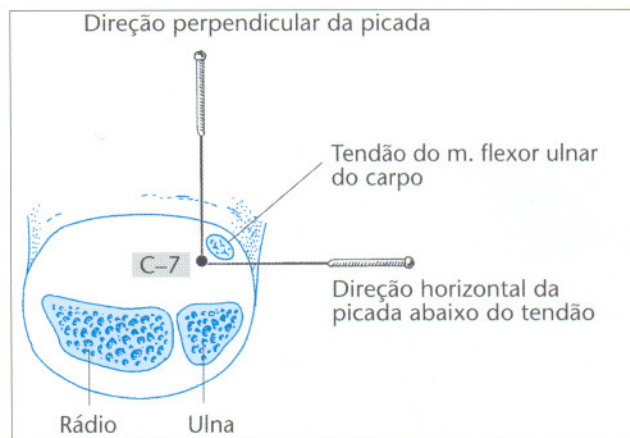
Local: sensações de calor na palma da mão (nos casos de carência de *Yin*), queixas no pulso.

Geral:

- *Distúrbios psíquicos e psicossomáticos*: estados de agitação, de euforia e de ansiedade (sobretudo nos casos de tensão psíquica e corporal), déficit de concentração e problemas de capacidade perceptiva, distúrbios do sono, síndromes vegetativas como neuroses do coração, para alívio das síndromes de abstinência nos casos de pacientes dependentes de qualquer tipo de vício, tranqüilidade psíquica na obstetrícia.
- *Queixas cardíacas*: angina de peito (freqüentemente associada com os pontos **CS-6**, **B-15** e **VC-17**), palpitações e taquicardia sinusal.
- Segundo G. Maciocia: o ponto **C-7** é mais indicado do que o **CS-7** nos casos de estados de carência e de plenitude.

Como Encontrar

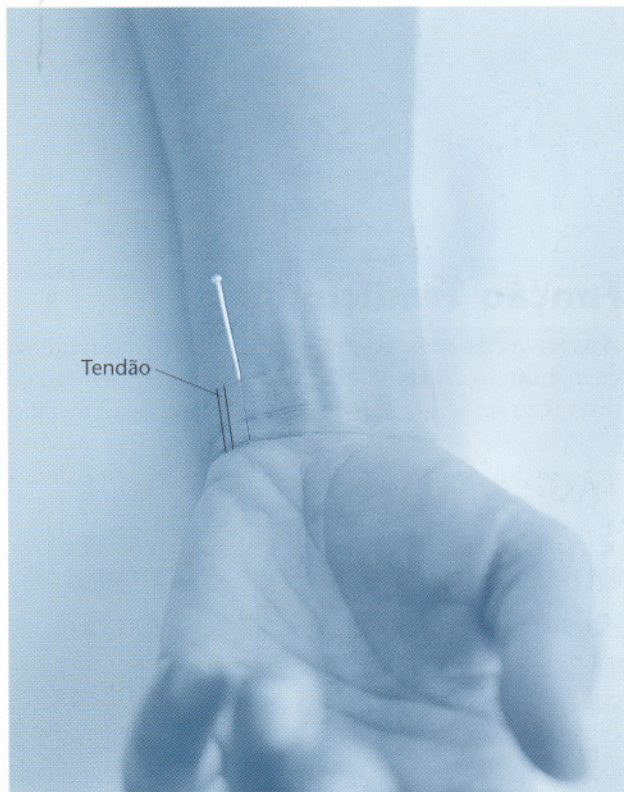
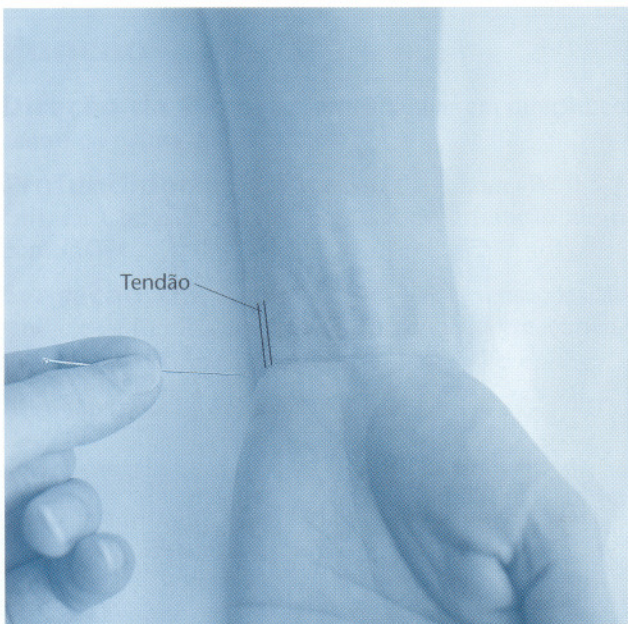
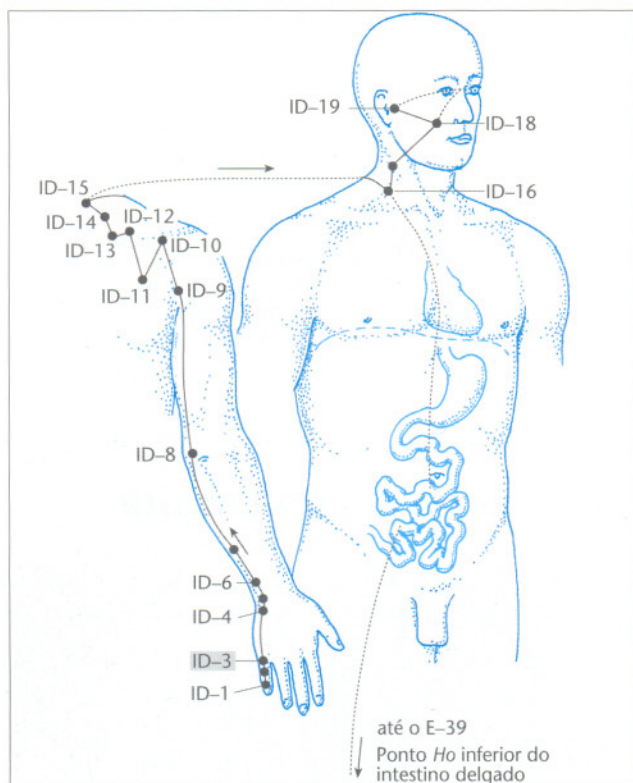
Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; repousar o antebraço relaxadamente com a palma da mão voltada para cima.

- Localização da prega de flexão do pulso: utilizar a prega de flexão que fica sobre a margem entre os ossos carpais e o rádio/ulna. Para uma orientação exata, deve-se palpar ulnarmente o osso pisiforme, mais saliente, que marca a fileira proximal de ossos carpais. Na maioria das vezes, esta é a prega de flexão mais distal.
- Com uma leve flexão do pulso, a prega de flexão correspondente e o tendão do músculo flexor ulnar do carpo podem ser melhor visualizados.
- O ponto **C-7** localiza-se na prega de flexão radial ao tendão do músculo flexor ulnar do carpo.

Punção

Direção e Profundidade da Picada: perpendicular com 0,3-0,5 *tsun* (W: até 0,5 cm) ou horizontal abaixo do tendão (paralela à prega de flexão do pulso, com até 1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente adormecimento ou uma sensação eletrizante com propagação em direção aos dedos.

Atenção: uma estimulação excessivamente intensa pode provocar um acesso de angina de peito.

Posição da Agulha *in situ*

- **Ponto *lu* (lago), ponto madeira**
- **Ponto de tonificação**
- **Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário Vaso Governador**
- **Importante ponto distante para a coluna cervical**

- *Constipações febris* (com exceção dos ataques de vento) com calafrio e febre; sobretudo nos casos de sintomas na cabeça e na nuca, tais como rigidez na nuca e dor de cabeça occipital, mas também nos casos de dores ao longo de toda a coluna vertebral (uma dor que se propaga por todos os membros).
- Nos casos de "vento interno no Meridiano Extraordinário Vaso Governador" com sintomas como convulsões, tremor, epilepsia, rigidez na nuca, tontura e cefaléia.
- Nos casos de queixas na coluna vertebral e dores em ambos os lados paravertebrais, este ponto é em geral associado com o **B-62** para ativar o Meridiano Extraordinário Vaso Governador, por exemplo para o tratamento de lumbago agudo e crônico.
- Ponto de influência europeu: espasmólise e ponto principal para o tratamento geral da mucosidade.

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos, sobretudo o vento, elimina o calor, clareia e acalma o *Shen*-mente, relaxa os músculos e protege os tendões, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes, abre o Meridiano extraordinário Vaso Governador e retira dele o vento interno.

Indicação

Local: dores nas mãos e nos dedos, paresias e neuropatias periféricas nas mãos.

Relacionada ao Meridiano:

- Ponto distante para os casos de dor, contrações musculares e redução da mobilidade na nuca e na região dos ombros, por exemplo nos casos de torcicolo agudo, de síndromes na coluna cervical e de espondilose.
- Dores, redução da mobilidade, contraturas, distúrbios da sensibilidade e paresias dos membros superiores no trajeto do Meridiano, dores nas costas (no trajeto do Meridiano Principal da Bexiga).

Geral:

- *Afecções na região da cabeça*: cefaléias (nas regiões occipital e parietal), afecções auditivas tais como zumbido e surdez, inflamações na garganta como tonsilite, faringite e laringite.

Localização

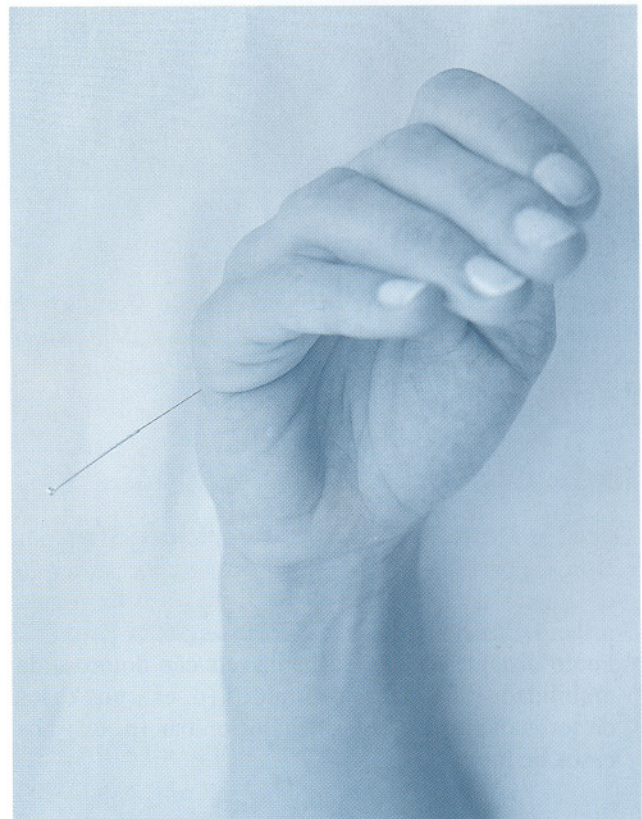
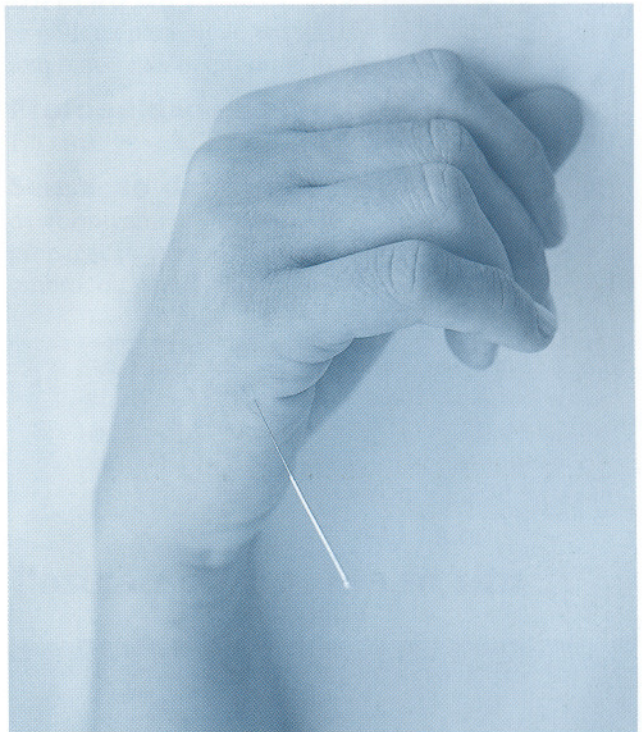
Com a mão fechada, na depressão ulnar proximal à articulação metacarpofalângica do dedo mínimo, na linha de transição entre a "carne vermelha e a carne branca" (na transição entre a palma e o dorso da mão).

Id5 é Golden Point com a seguinte indicação: Ciatalgia, lombalgia contralateral, zumbido, surdez, gengivite, estomatite dor no braço.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; durante o tempo de permanência da agulha, repousar o antebraço relaxadamente.

- Pedir ao paciente que feche a mão.
- Procurar a prega de flexão inferior (distal) que se forma dentro da concavidade da mão. Ela, em geral, começa entre os dedos indicador e médio, indo, então, até o dedo mínimo.
- No final desta prega de flexão, localiza-se uma pequena saliência de pele. O ponto **ID-3** fica na transição desta saliência, proximal e dorsal, em uma depressão na transição entre a "carne vermelha e a carne branca".

Punção

Direção da Picada: perpendicular em direção ao centro da palma da mão.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm), na China é também possível a perfuração até o ponto **IG-4**.

Sensação da Agulha: dor local, sensações de tensão e de formigamento sombrias e/ou adormecimento ao longo do dedo mínimo.

Atenção: punção dolorosa.

> **!** Nos casos de torcicolo e de lumbago agudos, faça a estimulação do ponto distante: forte estimulação do ponto por meio de exercícios de movimentação da coluna cervical; na maioria das vezes, há uma melhora imediata.

Posição da Agulha *in situ*

- **Ponto *Xi* do Meridiano Principal do Intestino Delgado**
- **Importante ponto distante para os casos de queixas na região do ombro e da nuca**

Geral: dor de cabeça na região occipital, distúrbios da visão e tonturas.

Localização

No sulco radial e proximal ao processo estilóide da ulna. Este sulco forma-se quando a palma da mão é virada para cima (da pronação para a supinação).

Função Tradicional

Elimina o vento, dispersa as obstruções do Meridiano e estimula a circulação de *Qi* nos canais da rede (torna o Meridiano e os canais da rede fluentes), relaxa os tendões, protege os olhos (acuidade visual).

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano:

- Dores e paresias nos membros superiores, ao longo do trajeto do Meridiano e na região do Meridiano principal da Bexiga (ramo do *Taiyang*).
- Ponto distante para os casos de redução dolorosa da mobilidade na nuca e nos ombros (p. ex., nos casos de torcicolo agudo) e na região lombar (p. ex., nos casos de lumbago).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; durante o tempo de permanência da agulha, repousar o antebraço relaxadamente.

- Pedir ao paciente que flexione o cotovelo ligeiramente.
- Colocar o dedo na porção distal do processo estilóide da ulna.
- Durante a movimentação do pulso, que vai da pronação até meia supinação, o dedo que está palpando desliza por baixo (proximalmente) do processo estilóide da ulna, em um sulco no osso (um sulco que vai em direção ao tendão do músculo extensor ulnar do carpo).

> ! Este sulco no osso também pode ser palpado quando a mão do paciente está colocada sobre o peito (meia supinação).

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua para cima, em direção ao ponto **CS-6**, ou ao longo do tendão, em direção ao cotovelo.

Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: adormecimento, sensação de formigamento e sensação de tensão sombria, com propagação para cima, em direção ao cotovelo e ao ombro, ou para baixo no trajeto do meridiano.

> ! Nos casos de redução dolorosa (aguda) da mobilidade, faça a estimulação do ponto distante: intensa estimulação manual do ponto por meio de exercícios de movimentação realizados pelo paciente na região afetada.

Posição da Agulha *in situ*

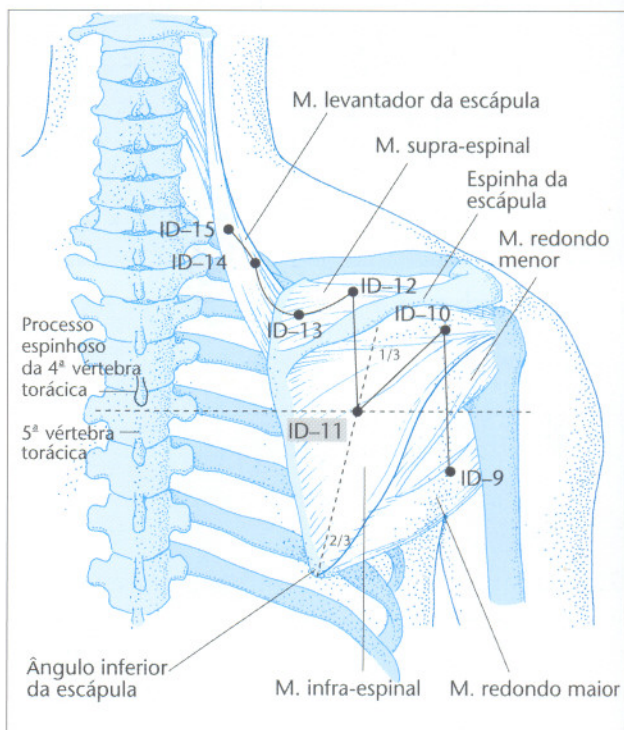
TIANZONG Antepassados celestiais

- O ponto **ID-11** é freqüentemente um ponto de desencadeamento no músculo infra-espinal
- Outros pontos de desencadeamento na região do ombro e da nuca são:
  - **ID-9** no músculo redondo menor
  - **ID-10** no músculo infra-espinal
  - **ID-13** no músculo supra-espinal
  - **ID-14** no músculo levantador da escápula
  - **ID-15** no músculo levantador da escápula

Geral:

- Bloqueio nas articulações das costelas.
- Afecções pulmonares com sensações de plenitude e de tensão no tórax, tais como asma brônquica e bronquite.
- Associado com os pontos **VC-17**, **E-18** e **ID-1** nos casos de hipogalactia e mastite aguda.

Localização

Na fossa infra-espinal da escápula, no ponto médio entre a margem medial e a margem lateral da escápula, na transição entre o terço superior e o terço médio de uma linha de união entre o ponto médio da espinha da escápula e o ângulo inferior da escápula.

Função Tradicional

Dissipa os fatores patogênicos dos Meridianos *Taiyang* (Intestino Delgado-Bexiga), estimula a circulação de *Qi* no tórax e na região lateral das costelas, relaxa o tórax.

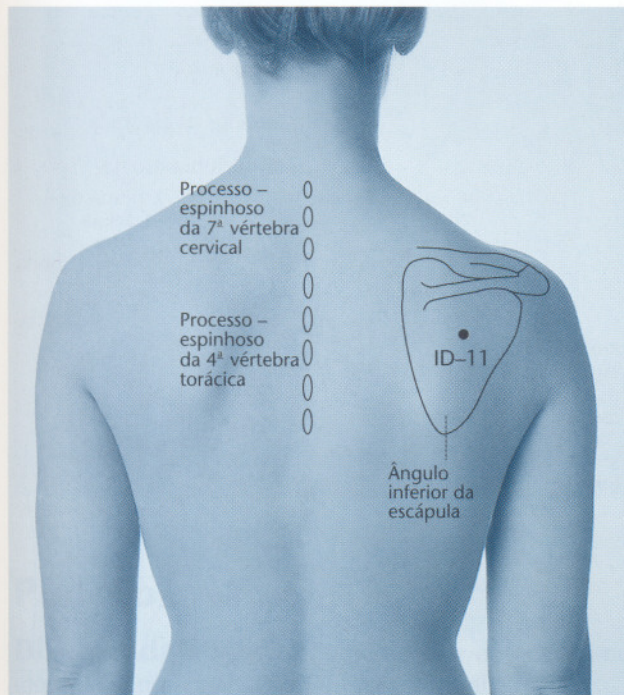
Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas na região dos ombros e da escápula (sobretudo nos casos de distúrbios da rotação lateral) e dos membros superiores no trajeto do Meridiano, edemas e dores na região da mandíbula.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado e com os braços pendendo relaxadamente ao lado do corpo.

- A partir do ponto médio da espinha da escápula, seguir por uma linha de união até o ângulo inferior da escápula.
- O ponto **ID-11** localiza-se na transição entre o terço superior e o terço médio desta linha de união, em geral um pouco mais inferiormente.
- Freqüentemente ele se encontra na altura da 5ª vértebra torácica ou do processo espinhoso da 4ª vértebra torácica, estando o paciente ou em pé ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

! De acordo com as indicações apontadas, o ponto, em geral, é sensível à palpação.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: inserir a agulha perpendicular ou obliquamente no músculo.

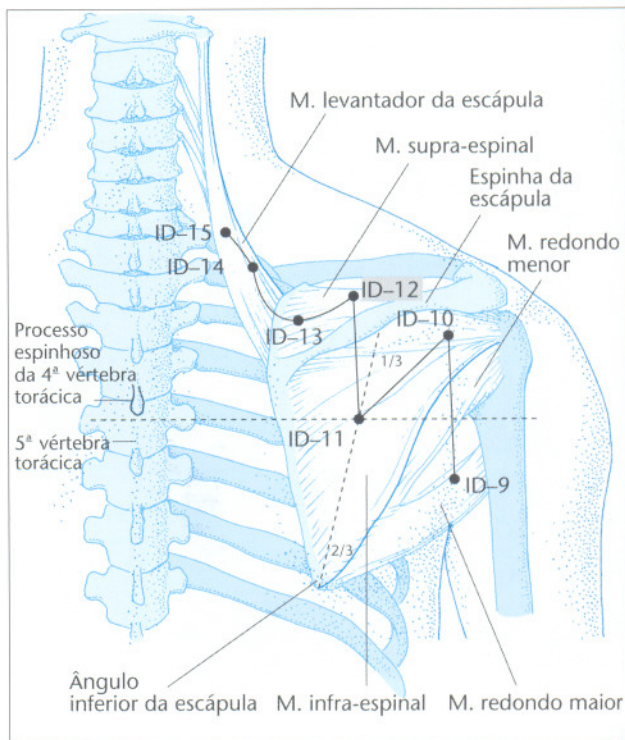
Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, às vezes com propagação sobre os ombros.

Bingfeng Guarda-vento

- Ponto de associação com os Meridianos Principais da Vesícula Biliar, do Triplo Aquecedor e do Intestino Grosso
- O ponto **ID-12** é freqüentemente um ponto de desencadeamento no músculo supra-espinal
- Outros pontos de desencadeamento na região do ombro e da nuca são:
  - **ID-9** no músculo redondo menor
  - **ID-10** no músculo infra-espinal
  - **ID-13** no músculo supra-espinal
  - **ID-14** no músculo levantador da escápula
  - **ID-15** no músculo levantador da escápula

Localização

Perpendicularmente acima do ponto **ID-11**, no ponto médio da fossa supra-espinal da escápula.

Função Tradicional

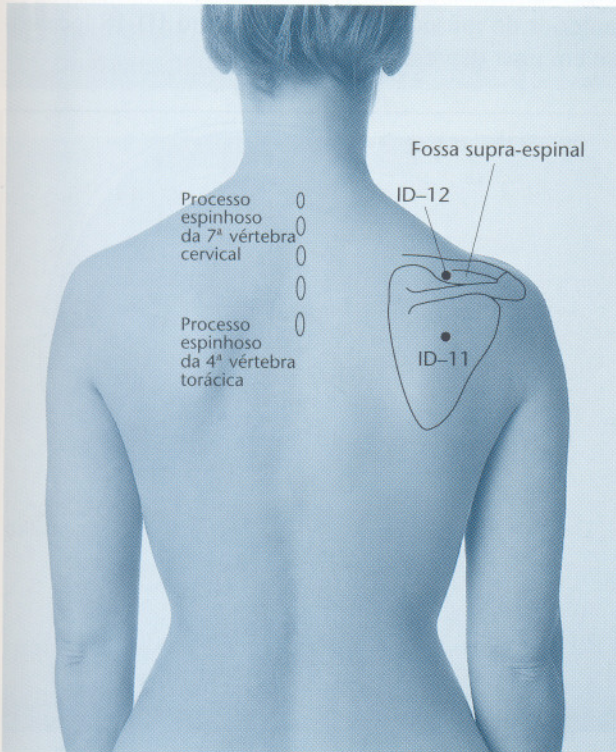
Torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, relaxa os tendões.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: rigidez na nuca, queixas na região dos ombros, sobretudo nos casos de redução da mobilidade na abdução e na rotação lateral; tendinite no músculo supra-espinal; dores e paresias nos membros superiores no trajeto do Meridiano.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado e com os braços pendendo relaxadamente ao lado do corpo.

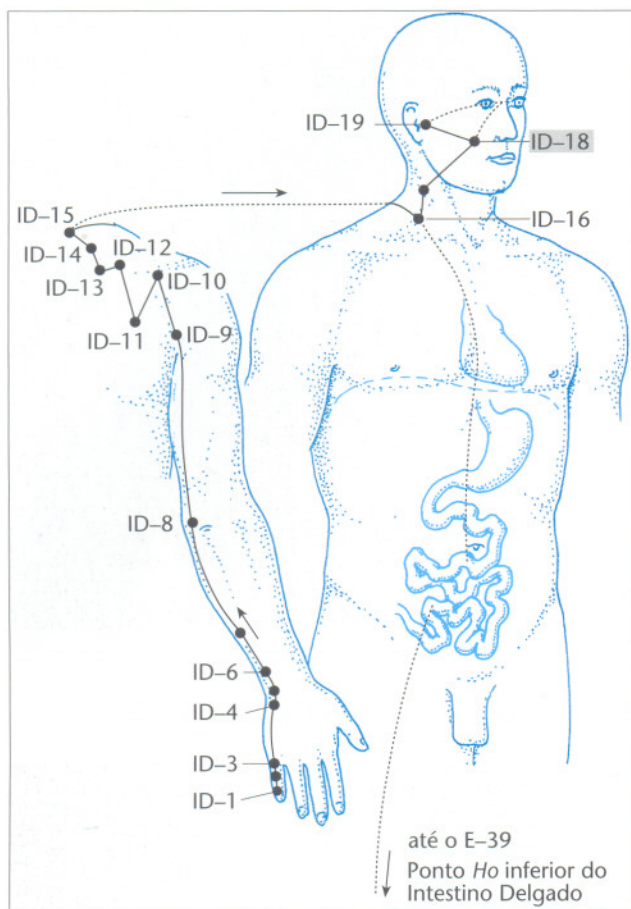
- Procurar o ponto médio da fossa supra-espinal, perpendicularmente acima do ponto **ID-11**.
- Com o braço abduzido, o ponto **ID-12** localiza-se em uma depressão que pode ser facilmente palpada e visualizada.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

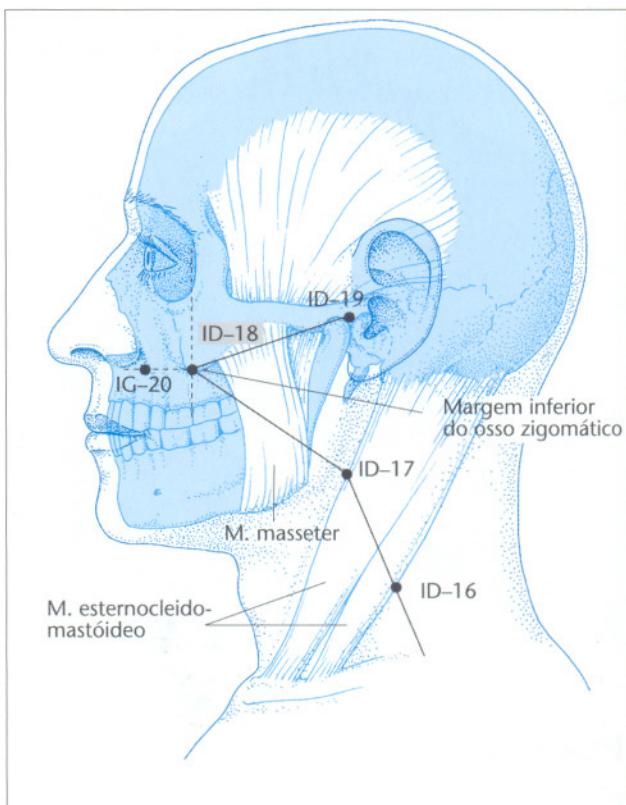
Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua no músculo supra-espinal, em direção ao ombro.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias.

ID-18 QUANLIAO Sulco do osso zigomático

- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Triplo Aquecedor**
- **Importante ponto local nos casos de "manifestações de vento no rosto"**

Localização

Na intersecção de uma perpendicular que passa pelo ângulo lateral do olho com a margem inferior do osso zigomático, na altura do ponto **IG-20**; ali na margem anterior do músculo masseter, o ponto **ID-18** localiza-se em uma depressão.

Função Tradicional

Elimina o vento e o frio, ativa a circulação sangüínea, alivia as dores.

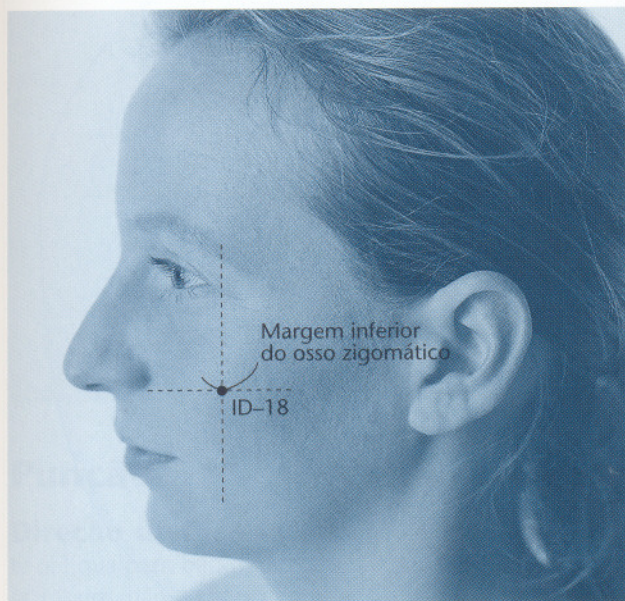
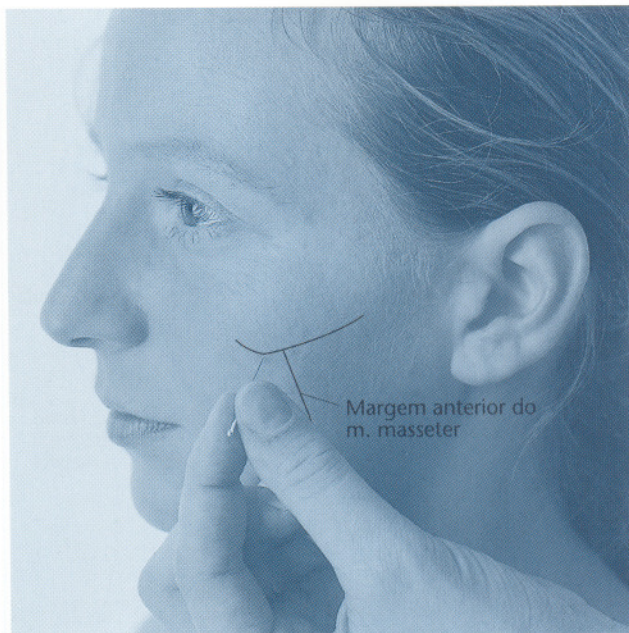
Indicação

Local e Geral: sinusite maxilar, tique nas pálpebras (tique facial), neuralgia do trigêmeo no segundo ramo, edema nas bochechas, trismo, síndrome dolorosa miofascial, problemas ortopédicos na maxila, dor de dente (nos dentes da maxila), para a anestesia com acupuntura nas extrações de dentes.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- A partir do ângulo lateral do olho, seguir perpendicularmente até a margem inferior do osso zigomático (na altura da parte lateral da asa do nariz).
- O ponto **ID-18** localiza-se em uma depressão nesta perpendicular, junto à margem inferior do osso zigomático e à margem anterior do músculo masseter.

! Quando o paciente executa movimentos de mastigação, a margem anterior do músculo masseter pode ser facilmente palpada.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular; então, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

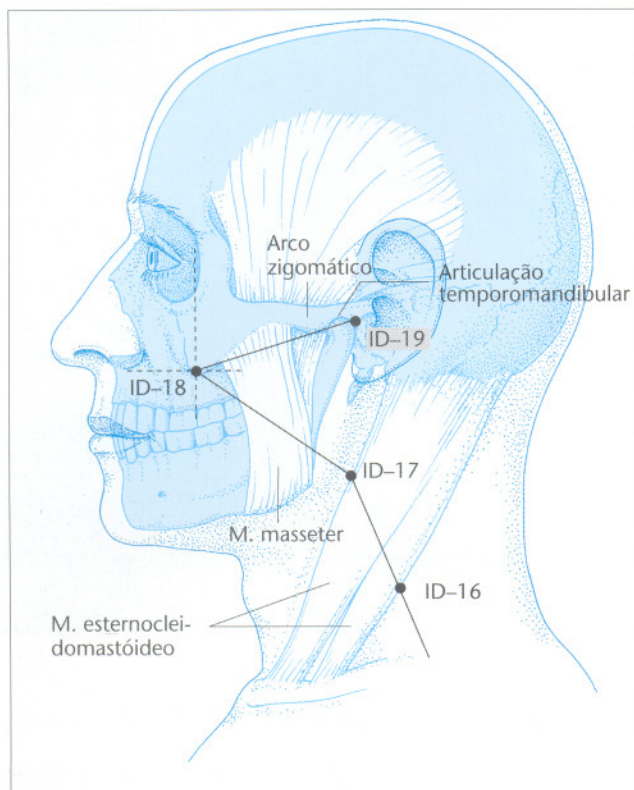
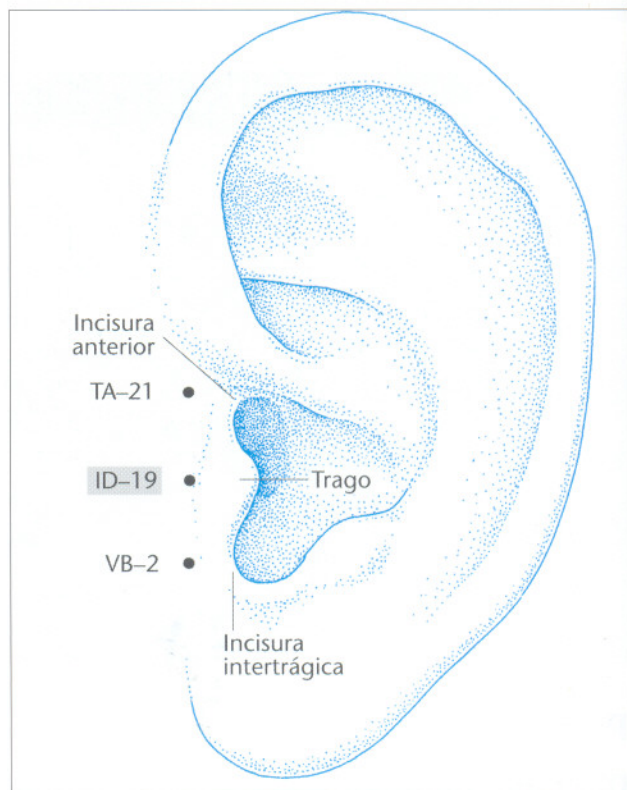
Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento local e sombrio.

Moxabustão: segundo alguns autores, ela é proibida.

TINGGONG Palácio da audição

- Ponto de associação com os Meridianos Principais da Vesícula Biliar e do Triplo Aquecedor
- Importante ponto local para as afecções auditivas

Localização

Com a boca ligeiramente aberta, em frente à orelha, em uma depressão entre o trago e a articulação temporomandibular (em um sulco que passa verticalmente em frente ao trago), na altura do trago.

Função Tradicional

Abre o ouvido e melhora a função auditiva, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, alivia a dor.

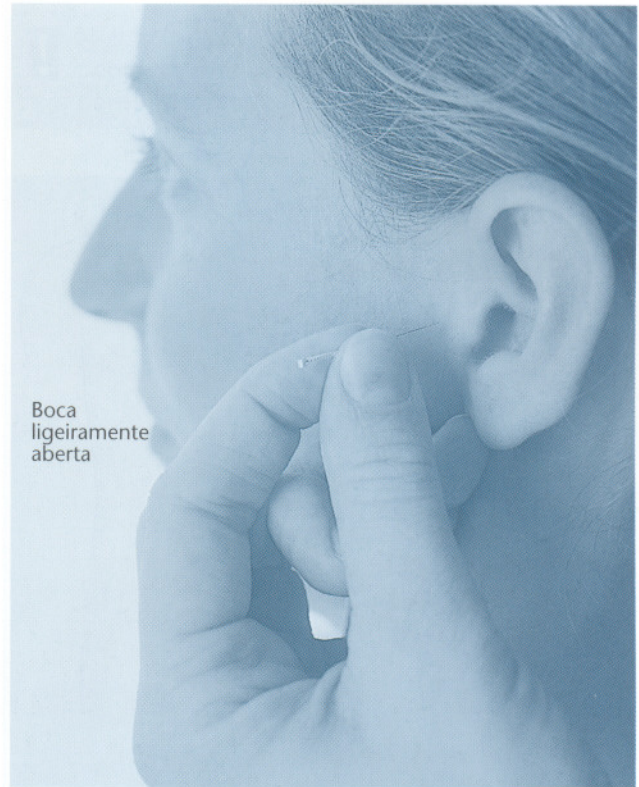
Indicação

Local e Geral:

- *Afecções auditivas*: otite média, surdez, zumbido, doença de Menière e inflamação no meato acústico externo.
- Neuralgia do trigêmeo, paresia facial.
- *Queixas na articulação temporomandibular*: artrite na articulação temporomandibular, disartria e dor de dente.

Como Encontrar

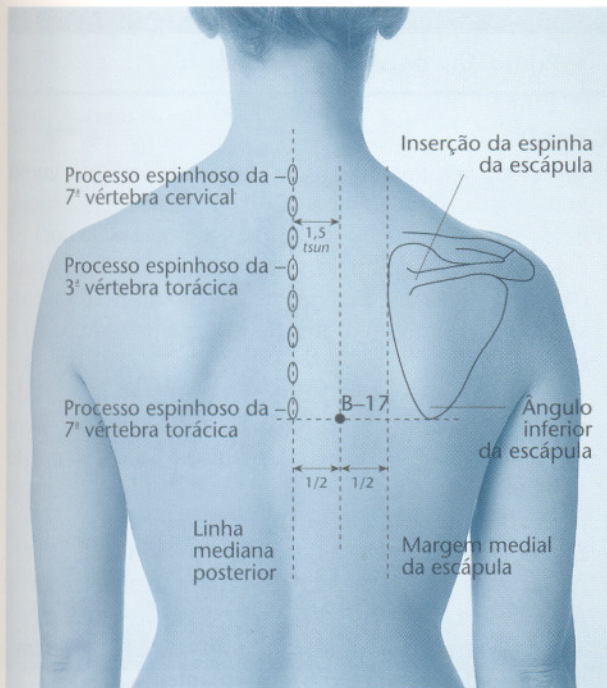
Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Pedir ao paciente que mantenha a boca ligeiramente aberta.
- O ponto **ID-19** localiza-se em uma depressão que pode ser palpada logo em frente ao trago; acima dele se encontra o ponto **TA-21** e abaixo o **VB-2**.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua para baixo, deixando a boca um pouco aberta (assim não existe nenhum risco de uma inserção intra-articular). Uma alternativa também é a inserção subcutânea transversal (inserção tangencial) do ponto **TA-21** ao **VB-2**. Com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa, quando for inserir a agulha!

Atenção: Assim como os pontos **TA-21** e **VB-2**, este ponto localiza-se logo atrás da artéria temporal superficial e sobre o nervo auriculotemporal.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, às vezes com propagação até o ouvido.

Posição da Agulha *in situ*

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**); a partir dela, descer contando até a 7ª vértebra torácica. Pg 206-207
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura da inserção da espinha da escápula na margem medial da escápula. Essa inserção pode ser facilmente palpada. A partir dessa área, descer contando até a 7ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

3ª Forma de Localização: a margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura do ângulo inferior da escápula. A partir daí, medir 1,5 *tsun* lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 7ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento local e sombrio.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

HUMMEN B-47

GANSHU Ponto *Shu* dorsal do Fígado

- Ponto *Shu* dorsal do Fígado

Geral:

- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* tais como hepatite, distúrbios do metabolismo hepático, icterícia, colecistite, colangite (síndromes de umidade-calor).
- *Gastralgia* causada pela estagnação de *Qi* do Fígado ("o Fígado ataca o Estômago"), com sensação de tensão no epigástrio e no hipocôndrio, refluxo de ácido e enjôo.
- *Doenças e distúrbios psíquicos* como irritabilidade emocional e hiperemotividade, distúrbios do sono causados por pesadelos e por sonhos excessivamente agitados e realistas, perturbações e tonturas causadas pelo aumento de *Yang* ou de vento no Fígado.
- *Distúrbios menstruais* tais como síndrome pré-menstrual, menstruação irregular, dismenorréia e amenorréia.
- *Afecções oculares* como conjuntivite, cegueira noturna, visão desfocada e moscas volantes.
- Cãibras nas extremidades e epilepsia.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 9ª vértebra torácica.

Função Tradicional

Regula o Fígado e a Vesícula Biliar, refresca e elimina a umidade-calor do Fígado e da Vesícula Biliar, apazigua o vento interno por meio da técnica de inserção sedativa, remove a estagnação de *Qi* do Fígado, harmoniza o fluxo de *Qi* do Estômago, protege os olhos, acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores nas costas e na região lateral das costelas e, neuralgia intercostal.

B-47 HUN -> ALMA ETÉREA

GANSHU Ponto *Shu* dorsal do Fígado

B-18

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**); a partir dela, descer contando até a 9ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 9ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura da inserção da espinha da escápula na margem medial da escápula. Essa inserção pode ser facilmente palpada. A partir dessa área, descer contando até a 9ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 9ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

3ª Forma de Localização: a margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura do ângulo inferior da escápula. A partir daí, descer contando até a 9ª vértebra torácica e, então, medir 1,5 *tsun* lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 9ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios com propagação para cima ou para baixo ao longo das costelas.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

B-19 DANSHU Ponto *Shu* dorsal da Vesícula Biliar

Função Tradicional

Regula as funções do Fígado e da Vesícula Biliar, refresca e elimina o calor e a umidade-calor do Fígado e da Vesícula Biliar, harmoniza o *Qi* do Estômago e torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais intenso, relaxa o diafragma e o tórax, e fortalece os olhos.

- Ponto *Shu* dorsal da Vesícula Biliar

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores ao longo da coluna cervical, no tórax e na região lateral das costelas.

Geral:

- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* tais como colecistite, colecistolitíase, hepatite e icterícia.
- *Gastralgias* como gastrite, úlcera duodenal, sensação de plenitude abdominal, refluxo de ácido, vômitos e soluço.
- Afecções oculares e tonturas.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 10ª vértebra torácica.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**); a partir dela, descer contando até a 10ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 10ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura da inserção da espinha da escápula na margem medial da escápula. Essa inserção pode ser facilmente palpada. A partir dessa área, descer contando até a 10ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 10ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

3ª Forma de Localização: a margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura do ângulo inferior da escápula. A partir daí, descer contando até a 10ª vértebra torácica e, então, medir 1,5 *tsun* lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 10ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrio com propagação para cima e para baixo ao longo das costelas.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

PISHU Ponto *Shu* dorsal do Baço

- **Ponto *Shu* dorsal do Baço**
- **Ponto principal para o fortalecimento do centro (Baço e Estômago) sobretudo nos casos de síndromes de deficiência do Baço**

Geral:

- *Distúrbios do trato gastrintestinal* tais como enjôos, vômitos, sensações abdominais de plenitude e de tensão, dores de estômago, distúrbios do peristaltismo do estômago, úlceras gástricas e duodenais, diarréia crônica e meteorismo.
- *Edemas* e produção intensa de catarro nos casos de doenças das vias respiratórias.
- Anemia, esgotamento físico e psíquico, doenças crônicas, convalescença, insônia, tonturas e palpitações nos casos de carência de sangue e de *Qi*, atrofia muscular e hipogalactia.
- *Hemorragias*: "o Baço retém o sangue nos vasos".
- *Ptoses viscerais* tais como prolapsos do útero e do ânus e hemorróidas.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 11ª vértebra torácica.

Função Tradicional

Fortalece o Baço e estimula suas funções de transporte e de transformação, elimina a umidade e a mucosidade, fortalece o Estômago, nutre o sangue.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas ao longo da coluna vertebral, nas porções torácica e lombar.

PISHU Ponto *Shu* dorsal do Baço

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica localiza-se na altura do ângulo inferior da escápula. A partir daí, descer contando até a 11ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 11ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Palpar de baixo para cima a partir da inserção da costela mais inferior (12ª vértebra torácica) até a 11ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 11ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 11ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e de caráter sombrio; eventualmente com propagação ao longo das costelas ou na região lombar.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

B-21 WEISHU Ponto *Shu* dorsal do Estômago

• Ponto *Shu* dorsal do Estômago

Indicação

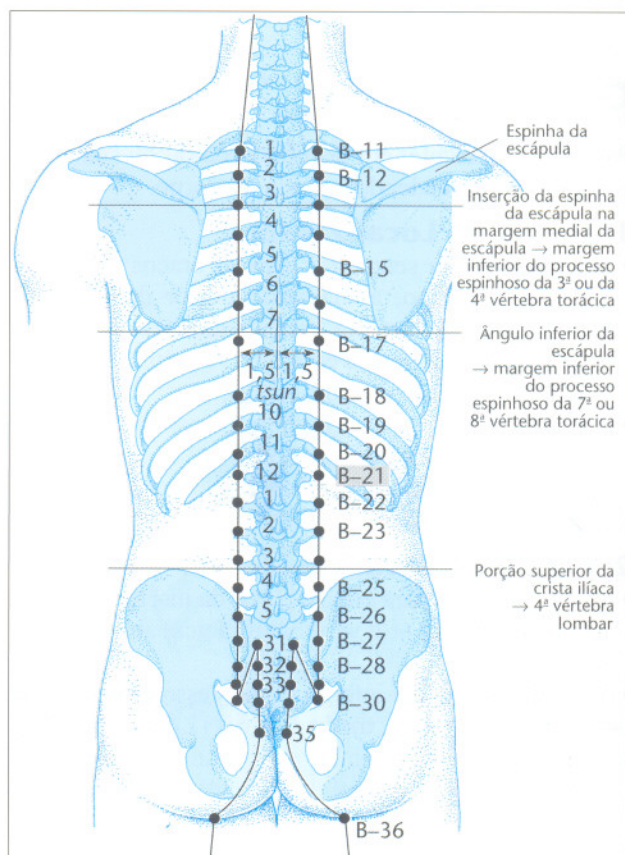
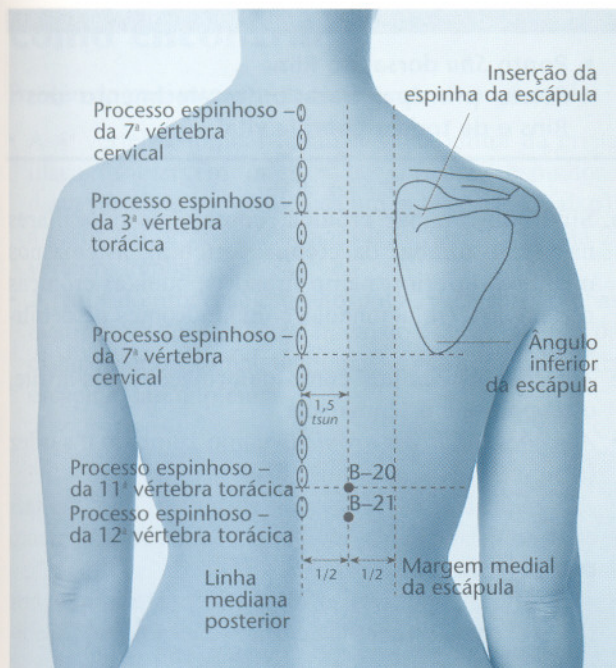
Local e Relacionada ao Meridiano: dores ao longo da coluna vertebral, nas porções torácica e lombar.

Geral: distúrbios do trato gastrintestinal como sensação de plenitude no epigástrio e dores (distúrbio do peristaltismo do estômago com estagnação de alimentos); gastrite; afecções causadas pelo *Qi* contracorrente do Estômago tais como enjôo, vômitos, refluxo de ácido e soluço; estenose do piloro, diarréia crônica com restos de alimento mal digeridos e meteorismo.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 12ª vértebra torácica.

Função Tradicional

Regula e fortalece o "centro" (Baço e Estômago) e suas funções, harmoniza o Estômago e torna seu *Qi* contracorrente mais profundo, refresca (elimina) o fogo do Estômago, elimina a umidade e a estagnação (de alimentos).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica localiza-se na altura do ângulo inferior da escápula. A partir daí, descer contando até a 12ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 12ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Palpar a inserção da costela mais inferior (12ª vértebra torácica).
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 12ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 12ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e de caráter sombrio, eventualmente com propagação ao longo das costelas ou na região lombar.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

SHENSHU Ponto *Shu* dorsal do Rim

- **Ponto *Shu* dorsal do Rim**
- **Ponto principal para o fortalecimento dos Rins e de toda a energia vital**

Função Tradicional

Fortalece e protege o Rim, fortalece o *Qi* original (*Yuan-Qi*) e o *Jing* essencial, regula o aquecedor inferior e a via das águas, dissipa a umidade, fortalece a capacidade auditiva e a acuidade visual, protege os ossos e a medula, estimula o *Shen*-mente, fortalece a região lombar.

Indicação

Geral: em todos os casos de síndromes de debilidade do Rim (técnica tonificante de inserção da agulha), fortalece o *Yin* e o *Yang* do Rim; a moxabustão deste ponto fortalece, sobretudo, o *Yang* do Rim.

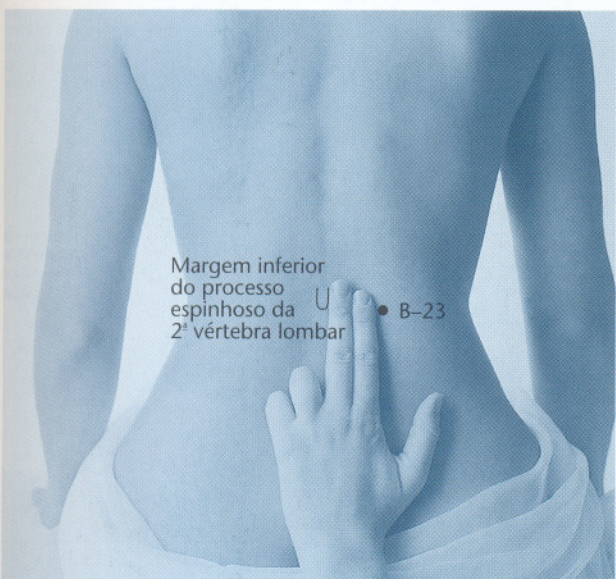
- Estados crônicos de debilidade e de inanição, depressões, fadiga, déficit de concentração e distúrbios da capacidade perceptiva, estados de confusão mental e tonturas.
- *Afecções renais e das vias urinárias*: distúrbios da micção tais como iscúria, incontinência urinária, enurese, cistite, urolitíase, nefrite, prostatite e edema; distúrbios menstruais, queixas climatéricas, corrimento vaginal e infertilidade; distúrbios das funções sexuais tais como impotência e distúrbios da ejaculação.
- Síndrome lombar crônica, contrações musculares na região lombar da coluna vertebral, astenia nos membros inferiores e nos quadris, queixas crônicas nos joelhos (relacionadas com síndromes de debilidade do Rim).
- *Afecções ósseas* tais como deformações pós-artrite, osteoporose e osteomalácia.
- *Afecções auditivas crônicas* como zumbido e surdez (com debilidade do Rim).
- *Afecções oculares crônicas* e distúrbios da visão tais como diminuição da acuidade visual e ressecamento dos olhos em pessoas idosas.
- *Queixas respiratórias* e dispnéia, por exemplo nos casos de asma brônquica crônica causada pela "debilidade do Rim".
- Anemia e síndromes de carência de sangue; nestes casos, associado ao ponto **B-20**.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 2ª vértebra lombar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado.

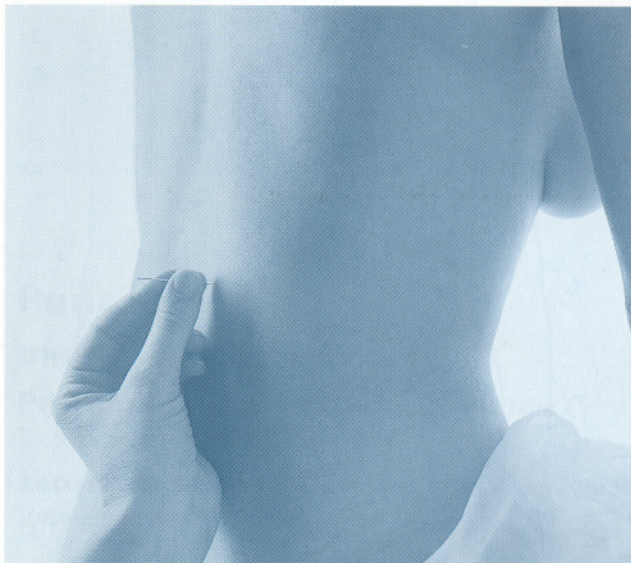
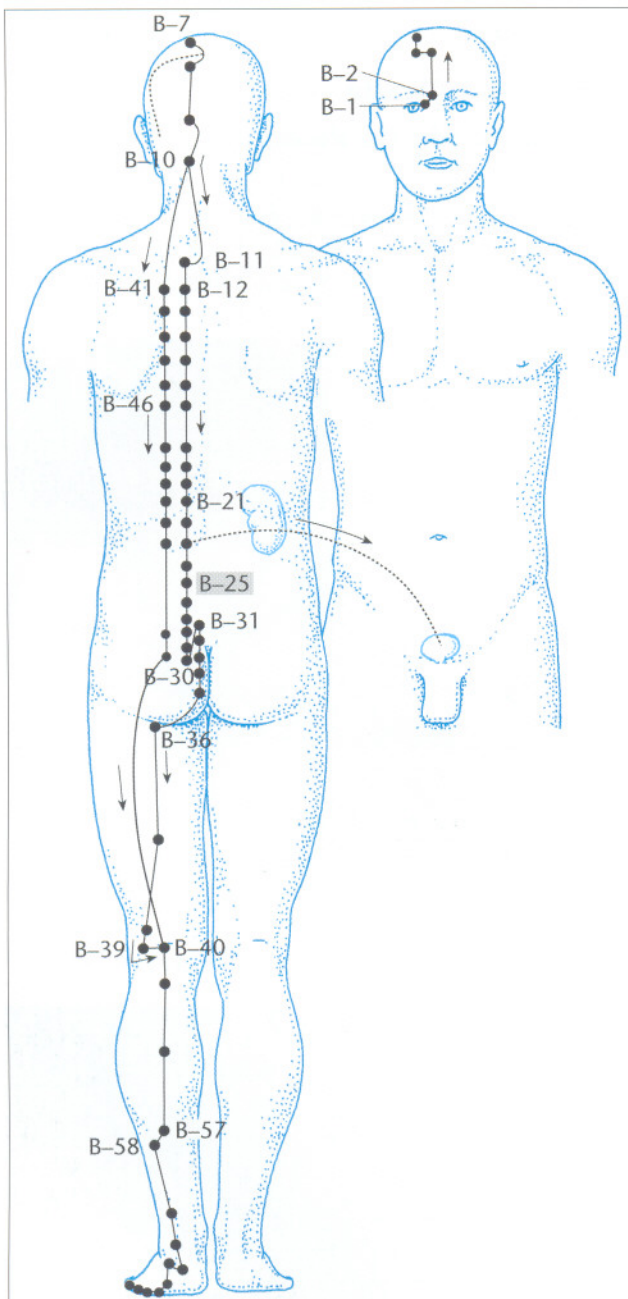
- A 4ª vértebra lombar localiza-se na altura da crista ilíaca (a margem inferior do processo espinhoso desta vértebra, em geral, fica um pouco mais abaixo); a partir daí, ir contando, para cima, até chegar na 2ª vértebra lombar.
- A partir do processo espinhoso da 2ª vértebra lombar medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão sombria na região lombar ou um adormecimento eletrizante com propagação pelos quadris e nos membros inferiores.

Posição da Agulha *in situ*

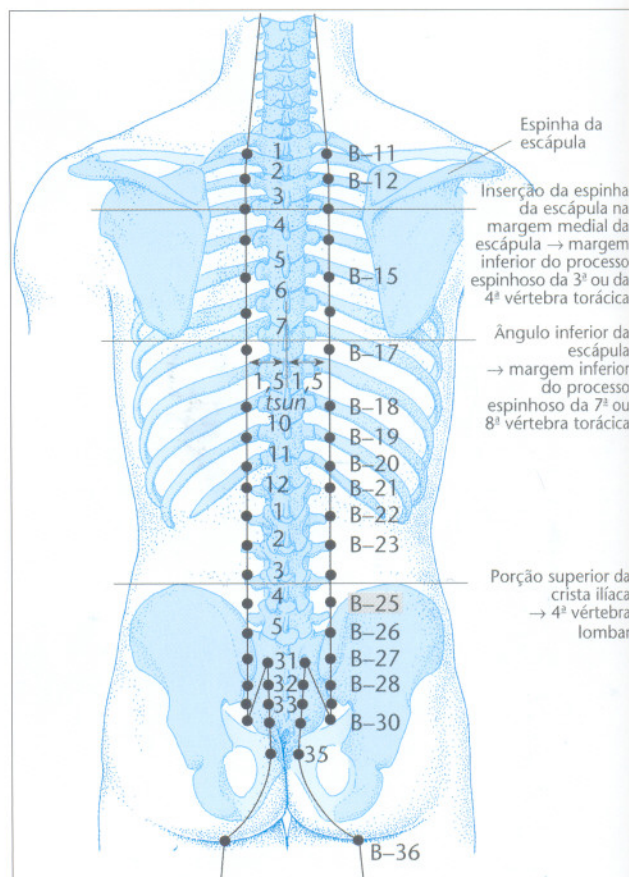
DACHANGSHU Ponto *Shu* dorsal do Intestino Grosso

- Ponto *Shu* dorsal do Intestino Grosso
- Importante ponto local nos casos de queixas agudas e crônicas na região lombar

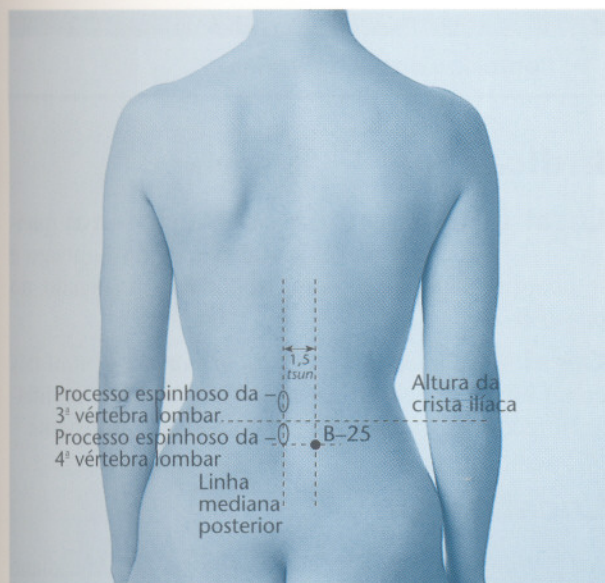
Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores e redução da mobilidade na região lombar da coluna vertebral, por exemplo nos casos de lumbago crônico e agudo e queixas nos membros inferiores no trajeto do Meridiano.

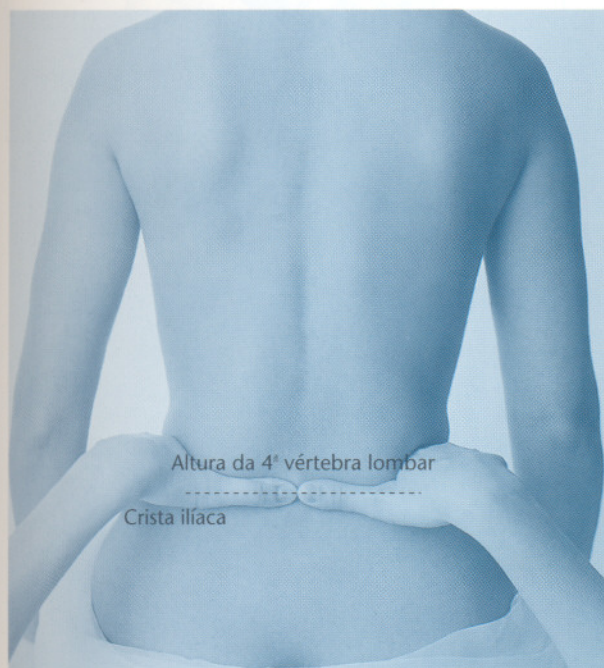
Geral: distúrbios do trato intestinal tais como sensações abdominais de plenitude e de tensão, colite, colo irritável, meteorismo, diarréia e obstipação.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 4ª vértebra lombar.

Função Tradicional

Estimula as funções dos Intestinos Grosso e Delgado, regula o fluxo de *Qi*, dispersa as congestões, fortalece a região lombar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado.

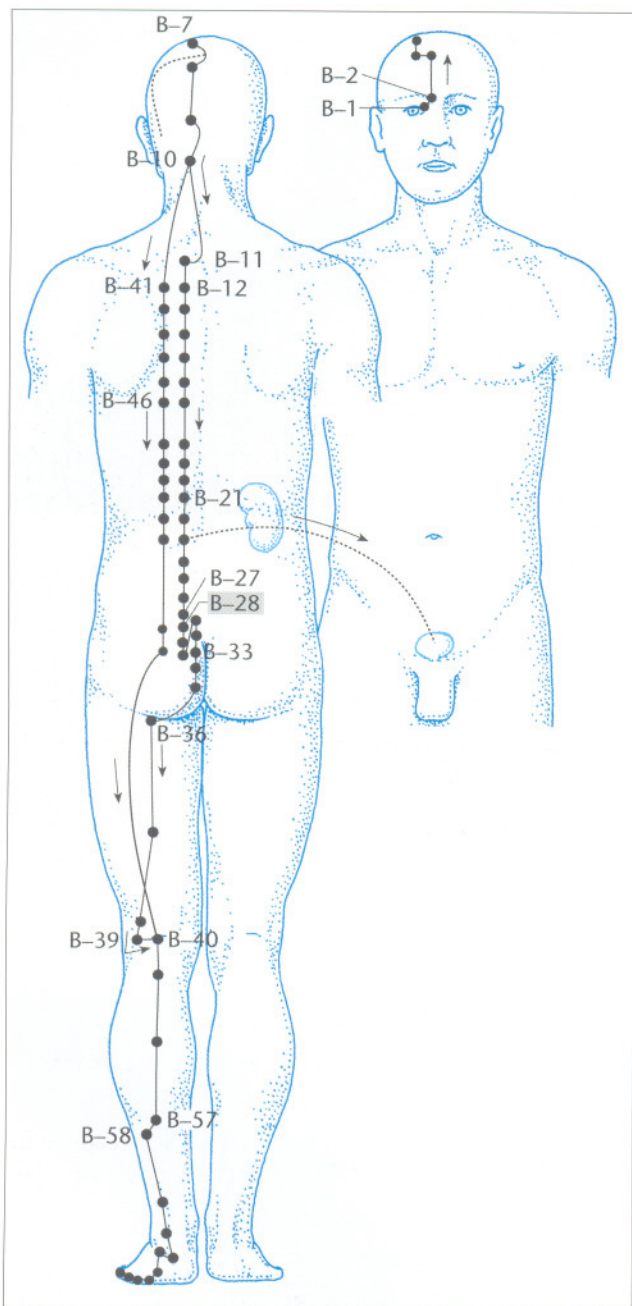
- Localização da 4ª vértebra lombar: esta se localiza na altura da crista ilíaca e, a margem inferior do processo espinhoso desta vértebra, em geral, fica um pouco mais abaixo.
- A partir do processo espinhoso da 4ª vértebra lombar medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento na região lombar.

Posição da Agulha *in situ*

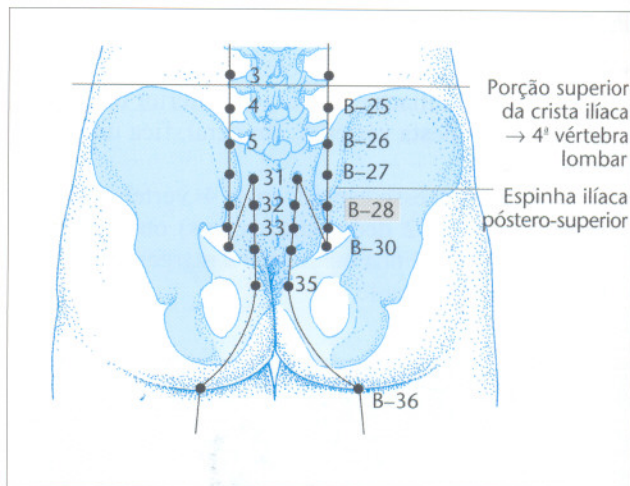
PANGGUANGSHU Ponto *Shu* dorsal da Bexiga

- Ponto *Shu* dorsal da Bexiga

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas nas regiões lombar e sacral tais como lumbago e lombalgia isquiática (com freqüência associado ao ponto **B-23**).

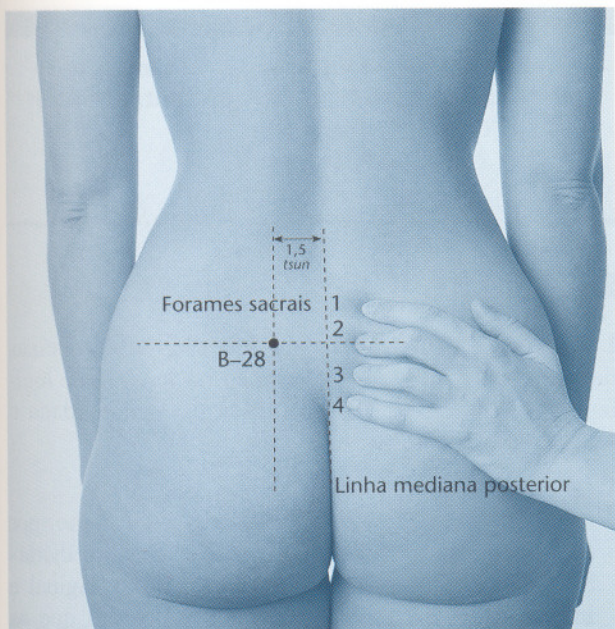
Geral: *distúrbios dos sistemas urinário e genital* tais como incontinência urinária, iscúria, enurese, urolitíase, infecção das vias urinárias com disúria, prostatite.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura do 2º forame sacral.

Função Tradicional

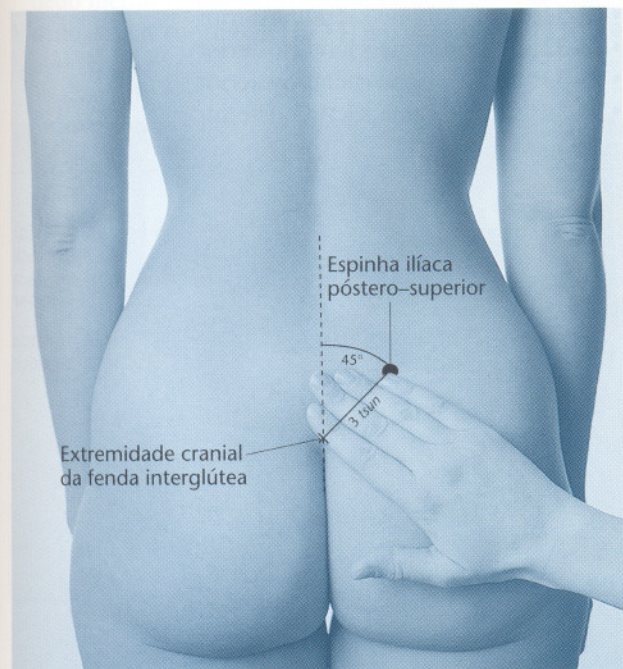
Regula a Bexiga e abre a via das águas no aquecedor inferior, estimula a diurese, dissipa a umidade e fortalece a região lombar.

N.R. Segundo *Ling Shu* (livro clássico da Medicina Tradicional Chinesa) não se deve puntuar mais do que 5 vezes na vida, os pontos *Shu* dorsais.

PANGGUANGSHU Ponto *Shu* dorsal da Bexiga

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado.

1ª Forma de Localização:

- Com o dedo, palpar os forames sacrais no osso sacro.
- Procurar o 2º forame sacral.
- O ponto **B-28** localiza-se a 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) lateral à linha mediana, na altura do 2º forame sacral.

2ª Forma de Localização: localizar a espinha ilíaca póstero-superior: a partir da extremidade cranial da fenda interglútea palpar aproximadamente 3 *tsun* (4 dedos transversos) em um ângulo de 45º lateralmente para cima (em direção cranial). O ponto **B-28** encontra-se, então, logo abaixo (caudal) e medial à espinha ilíaca póstero-superior.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, às vezes com propagação pelos quadris.

B-31 SHANGLIAO Forame superior

Devido à ação e à indicação semelhantes, os seguintes pontos também são apresentados aqui:

- **B-32 (*Ciliao*) "2º forame"**
- **B-33 (*Zhongliao*) "3º forame"**
- **B-34 (*Xia Liao*) "Forame inferior"**

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas nas regiões lombar e sacral tais como lumbago e lombalgia isquiática; dores, distúrbios da sensibilidade e paresias nos membros inferiores.

Geral:

- *Afecções dos sistemas urinário e genital* como, por exemplo, disúria, prostatite, orquite, anexite; distúrbios menstruais, prolapso do útero, fluxo vaginal e infertilidade, e na obstetrícia nos casos em que as contrações demoram a acontecer e/ou são fracas.
- *Distúrbios das funções sexuais* tais como impotência e distúrbios da ejaculação.
- Segundo J. Bischko: o ponto **B-31** é um ponto de influência nos casos de queixas climatérias.
- Segundo G. Maciocia: o ponto **B-32** é importante sobretudo para o tratamento de mulheres inférteis, pois ele fortalece significativamente os Rins e o *Jing* essencial.

Localização

- **B-31:** no 1º forame sacral posterior
- **B-32:** no 2º forame sacral posterior
- **B-33:** no 3º forame sacral posterior
- **B-34:** no 4º forame sacral posterior

Função Tradicional

Regula o aquecedor inferior, fortalece o Rim e o *Jing* essencial, estimula a atividade das contrações e a diurese, fortalece as regiões lombar e sacral.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado.

- Na altura da extremidade superior (cranial) da fenda interglútea – às vezes, um pouco mais inferior ou mais superiormente – localiza-se o 4º forame sacral.
- Colocar o dedo mínimo sobre este forame e os dedos médio e anular sobre uma linha diagonal (em forma de "v") cuja direção é cranial; palpar, então, as depressões.
- Em seguida, colocar o dedo indicador sobre o 1º forame sacral (**B-31**), de forma que, com isso, o dedo médio ficará sobre o 2º forame sacral (**B-32**), o dedo anular sobre o 3º (**B-33**) e o dedo mínimo sobre o 4º (**B-34**).

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,7-1,5 *tsun* (W: 1-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios na região sacral, eventualmente com propagação para baixo, ao longo das pernas.

Atenção: é contra-indicado durante a gravidez, exceto para facilitar o parto.

Posição da Agulha *in situ*

- **Ponto *Ho* inferior (ponto inferior de grande influência) do Triplo Aquecedor**

Indicação

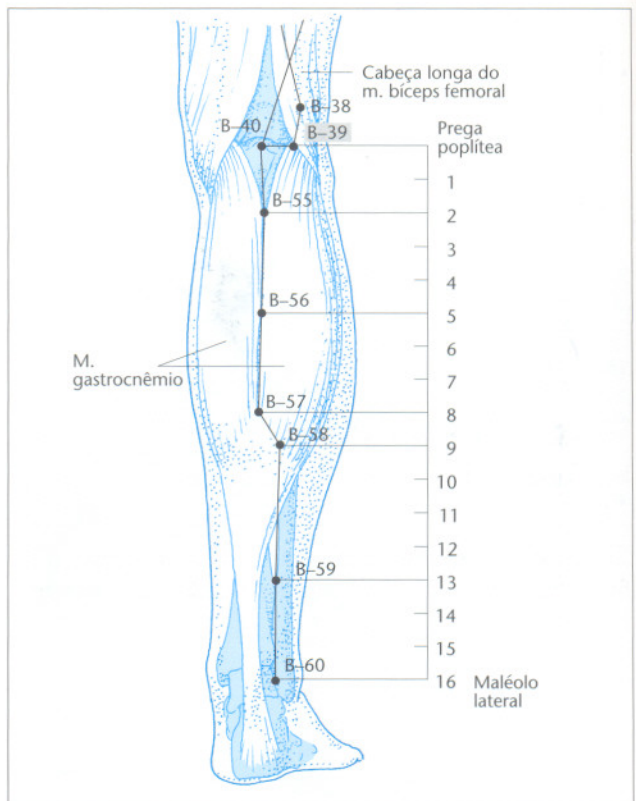
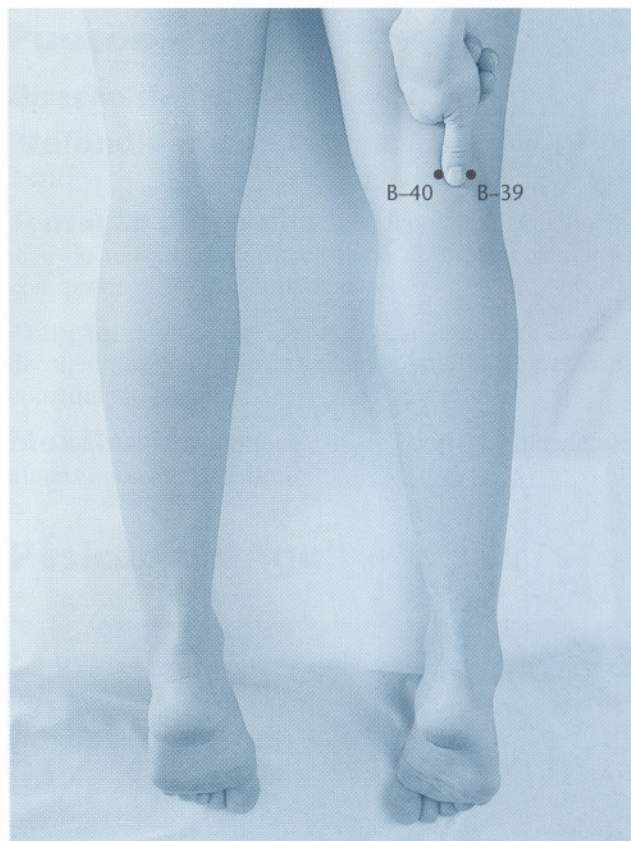
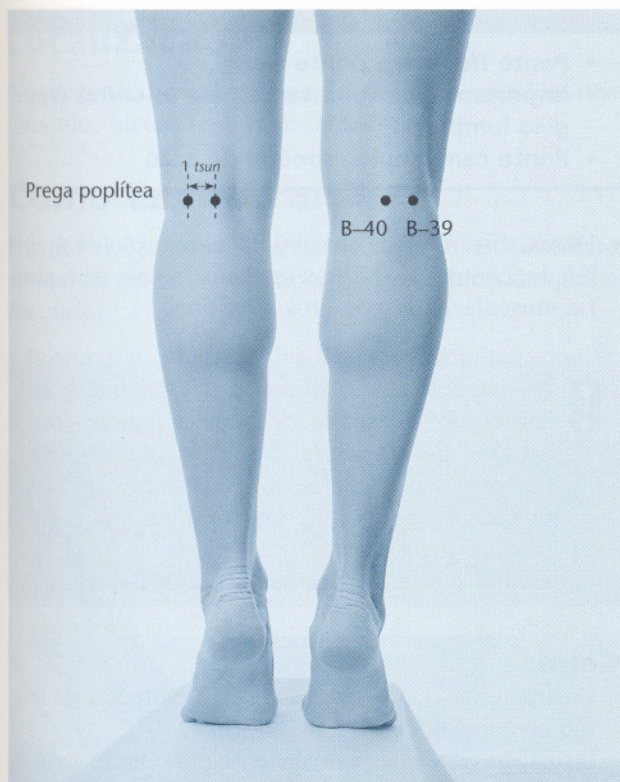
Local: queixas nos joelhos e cãibras.

Relacionada ao Meridiano: dores e rigidez na região lombar.

Geral:

- Iscúria, disúria e dificuldade de micção (nos casos de estados de plenitude do aquecedor inferior): nestes casos, utilizar então a técnica sedativa de inserção da agulha.
- Incontinência urinária e enurese (nos casos de estados de carência no aquecedor inferior): nestes casos, utilizar a técnica tonificante de inserção da agulha.
- Sensações de tensão e de plenitude no hipogástrio e edema.

Localização

A 1 *tsun* (1 largura do polegar) lateral ao ponto **B-40** (no ponto médio da prega poplítea), medial ao tendão da cabeça longa do músculo bíceps femoral.

Função Tradicional

Regula e abre a via das águas, estimula a transformação e a secreção dos humores no aquecedor inferior, protege a bexiga, estimula a diurese e elimina a umidade-calor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, alivia a dor.

Como Encontrar

Posição do paciente: preferencialmente em decúbito ventral ou em pé (se o tempo de permanência da agulha for curto); com o paciente em decúbito ventral, colocar um apoio sob as articulações do pé, de forma a tornar a posição mais confortável.

- Procurar o ponto médio da prega poplítea; o ponto **B-39** localiza-se a aproximadamente 1 *tsun* (1 largura do polegar) lateral a ele e medial ao tendão da cabeça longa do músculo bíceps femoral.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento sombrias, com propagação até os quadris.

Posição da Agulha *in situ*

B-40 WEIZHONG No meio da curva

- **Ponto *Ho* (mar), ponto terra**
- **Importante ponto distante para as costas (região lombar)**
- **Ponto com amplo espectro de ação**

- Dores, distúrbios da sensibilidade, redução da mobilidade, contratura, cãibras (principalmente com atrofia muscular) nos membros inferiores.

> **!** Na região lombar, o ponto **B-40** é indicado, sobretudo, nos casos de queixas agudas com estados de plenitude, mas em pessoas que tenham boa constituição física; nos casos de queixas crônicas com sintomas de frio e em pessoas cuja constituição física é frágil, o melhor é inserir a agulha no ponto **B-60**.

Geral:

- Gastrenterite aguda, sensações de plenitude e de tensão no baixo abdome.
- Insolação (causada pela secura-calor); neste caso, a microssangria do ponto para a eliminação do calor traz bons resultados.
- Doenças da pele causadas pelo calor do sangue, por exemplo eczema, irisipela, furúnculos (tratar com microssangria) e alergias.

Função Tradicional

Refresca o sangue (nos casos de calor do sangue) e elimina o calor, remove a estagnação de sangue, estanca o vômito e a diarréia e dissipa a secura-calor, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes, relaxa os tendões, protege a região lombar e o joelho.

Indicação

Local: queixas nos joelhos como, por exemplo, gonartrite e gonartrose.

Relacionada ao Meridiano:

- Queixas nas regiões lombar e sacral (sobretudo nos casos de estados de plenitude) tais como lumbago, lombalgia isquiática e ciática com propagação pelas pernas.

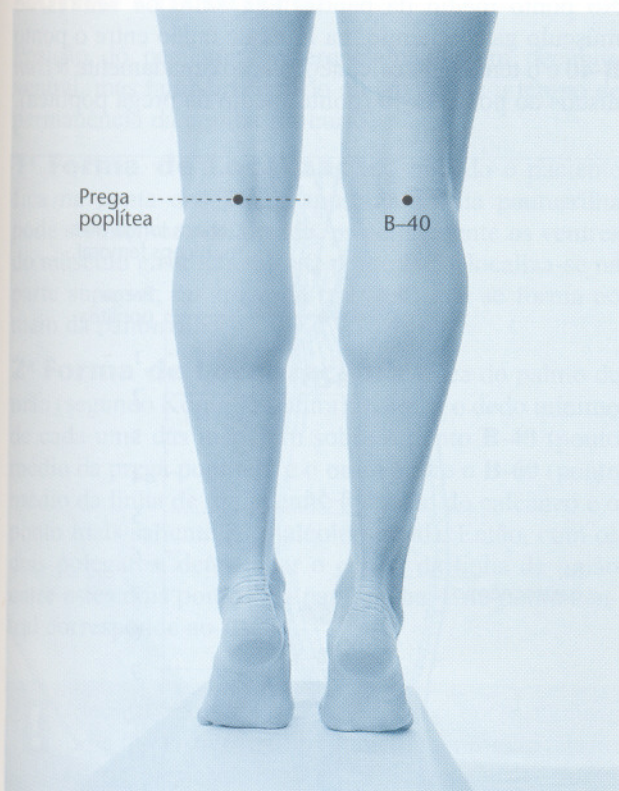
Localização

No ponto médio da prega poplítea, entre os tendões dos músculos bíceps femoral e semitendíneo.

Como Encontrar

Posição do paciente: preferencialmente em decúbito ventral ou em pé (se o tempo de permanência da agulha for curto).

- Procurar o ponto médio da prega poplítea, que se localiza onde o pulso pode ser sentido.

> **!** Quando o paciente flexiona o joelho ligeiramente, pode-se visualizar uma pequena depressão no local. Se ele ficar em decúbito ventral, coloque um apoio sob o tornozelo.

Dores da região dorsal; lombalgia; cervicalgia; dor no joelho; disúria; cãimbras em MMII.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de formigamento e de tensão e adormecimento de caráter sombrio, com propagação até a planta do pé.

Atenção: microssangria somente nos casos de estados de plenitude, mas contra-indicada para pacientes com constituição frágil!

Moxabustão: aplique com cuidado (no entender de alguns autores, ela é proibida).

Posição da Agulha *in situ*

N.R. Cuidado com os vasos poplíteos.

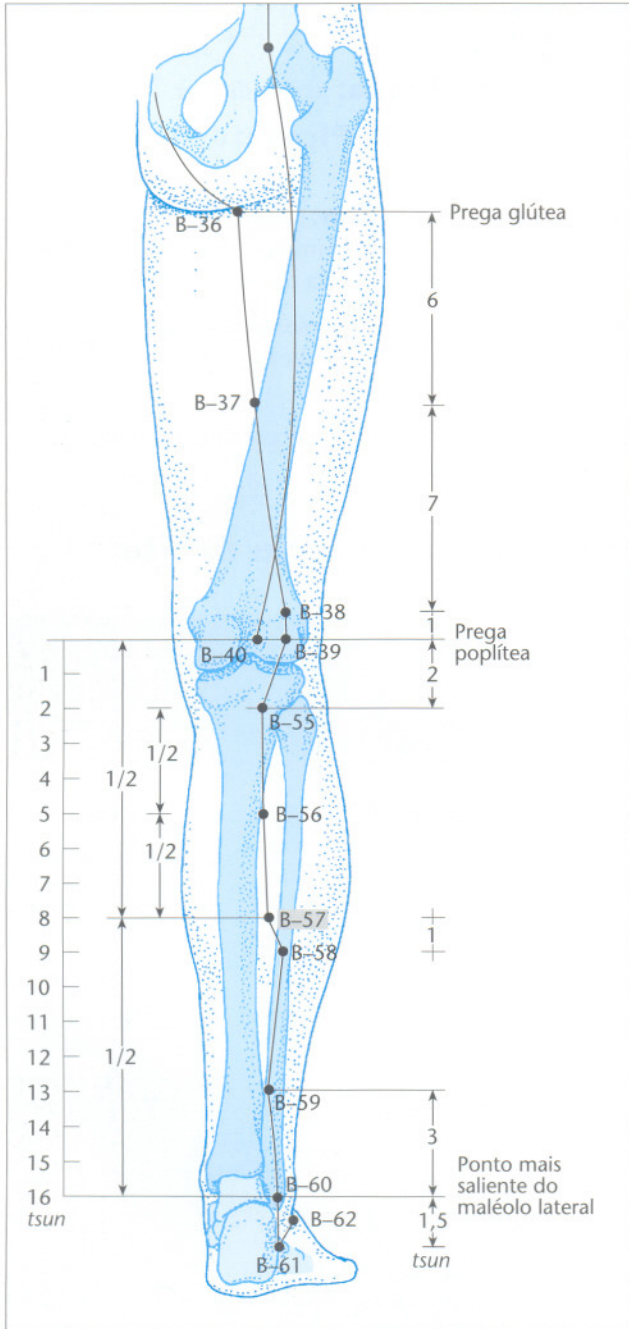
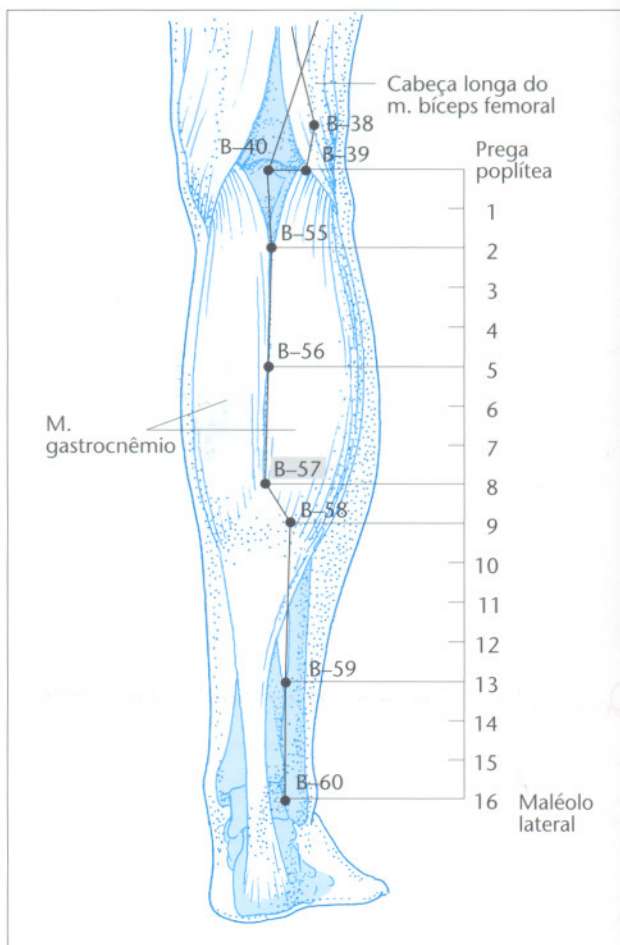
B-57 CHENGSHAN Sustentáculo da montanha

- **Importante ponto local com ação distante sobre as regiões lombar e anal**

Relacionada ao Meridiano: ponto distante para os casos de queixas na região lombar, tais como lumbago e lombalgia isquiática (síndrome da 1ª vértebra lombar, astenia nos casos de flexão plantar do pé); dores (também dores e contrações musculares), redução da mobilidade, contraturas e paresias brandas e espasmódicas nos membros inferiores; dores no tendão do calcâneo.

Geral: ponto distante para os casos de hemorróidas, obstipação, fissura anal e prolapso do reto.

Localização

No ponto médio da panturrilha, entre os ventres do músculo gastrocnêmio, na linha de união entre o ponto **B-40** e o tendão do calcâneo, a aproximadamente 8 *tsun* distais ao ponto **B-40** (ponto médio da prega poplítea).

Função Tradicional

Relaxa os músculos e os tendões, torna os Meridianos fluentes, fortalece a região lombar, harmoniza os intestinos e cura as hemorróidas.

Indicação

Local: câibras e distúrbios da circulação sangüínea periférica (claudicação intermitente).

Como Encontrar

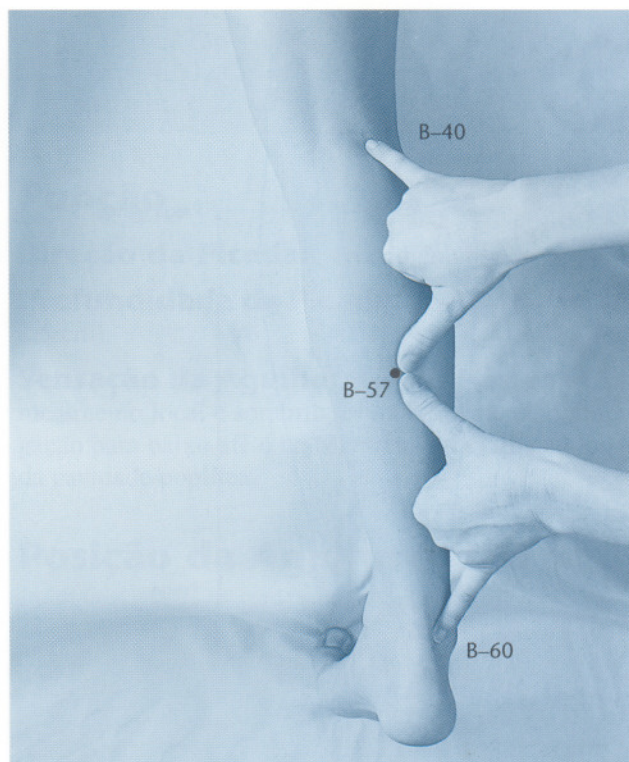
Posição do paciente: preferencialmente em decúbito ventral, mas também sentado ou em pé (se o tempo de permanência da agulha for curto).

1ª Forma de Localização: quando o paciente fica na ponta dos pés, a musculatura da panturrilha pode ser melhor visualizada, principalmente os ventres do músculo gastrocnêmio. O ponto **B-57** localiza-se na parte superior, no ápice do triângulo que se forma no meio da panturrilha.

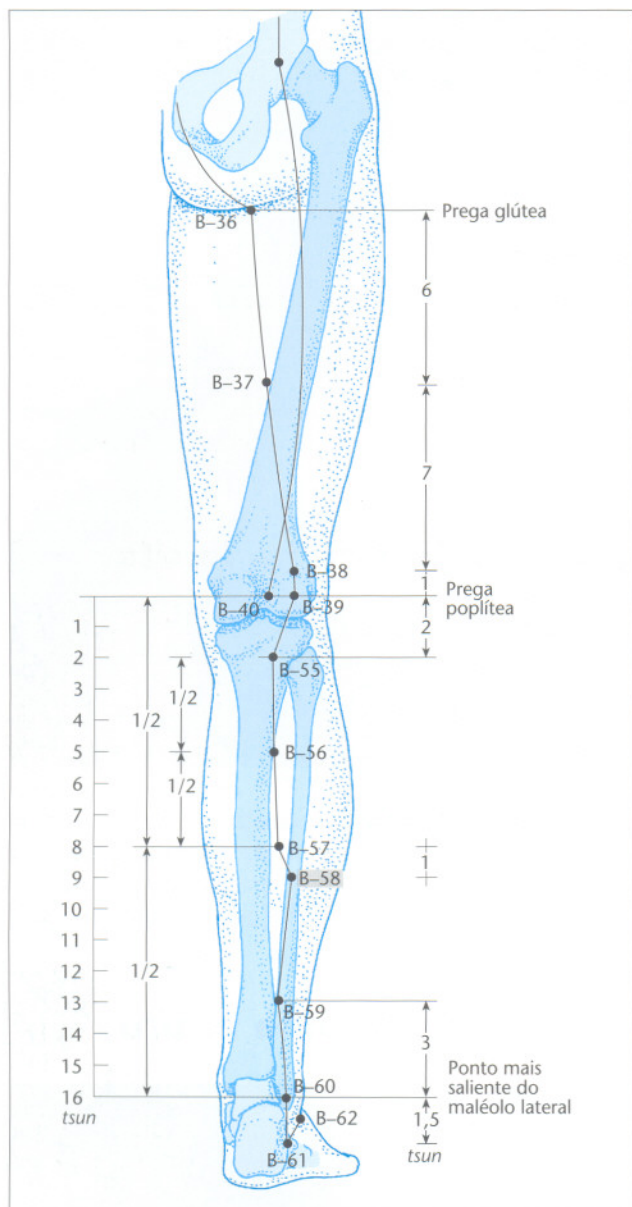
2ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **B-40** (ponto médio da prega poplítea) e o outro sobre o **B-60** (ponto médio da linha de união entre o tendão do calcâneo e o ponto mais saliente do maléolo lateral). Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre estes dois pontos, na panturrilha. Este ponto central corresponde ao **B-57**.

> **!** Medição com o *tsun* do corpo: confeccione uma fita flexível de borracha para a região lateral da perna dividida em 16 *tsun*. Os 16 *tsun* correspondem à distância entre a prega poplítea e o ponto mais saliente do maléolo lateral.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação pela cavidade poplítea; nos casos de inserção profunda da agulha, também adormecimento eletrizante até o pé.

Posição da Agulha *in situ*

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos, como o calor, o vento e a umidade, do Meridiano e dos canais da rede.

Indicação

Local: dores na panturrilha, cãibras e distúrbios da circulação sangüínea periférica (claudicação intermitente).

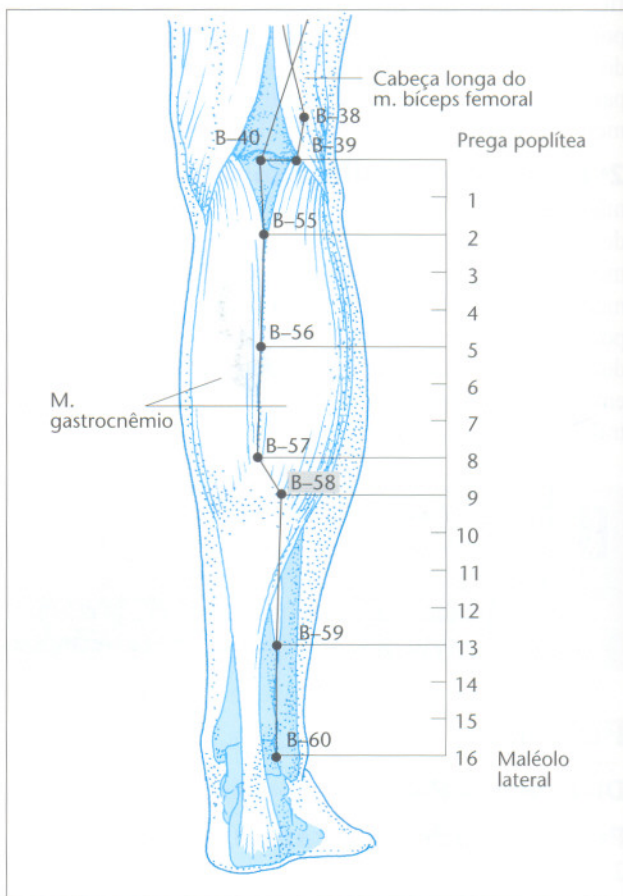
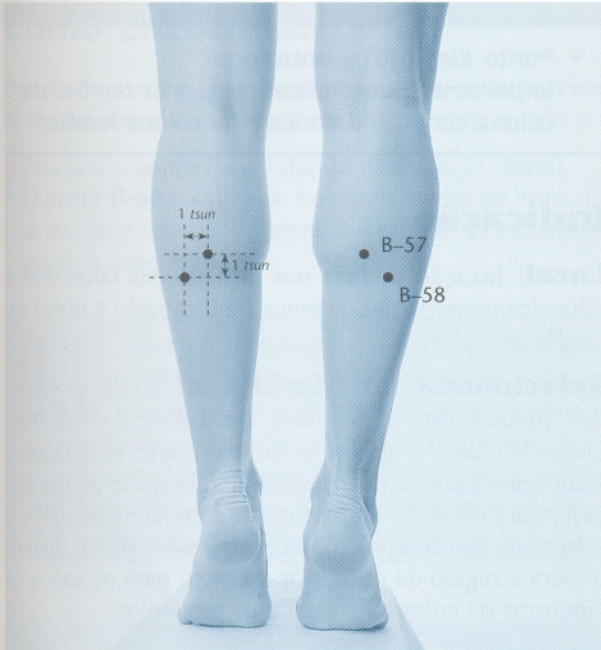
Relacionada ao Meridiano: dores (também dores e contrações musculares), redução da mobilidade, contraturas e paresias brandas e espasmódicas nos membros inferiores; lumbago e lombalgia isquiática, especialmente indicado nos casos de queixas isquiáticas que se prolongam pelas pernas entre os Meridianos principais da bexiga e da Vesícula Biliar; dores no tendão do calcâneo; ponto distante para os casos de síndrome da coluna cervical no trajeto do Meridiano.

- Ponto *Luo* do Meridiano Principal da Bexiga

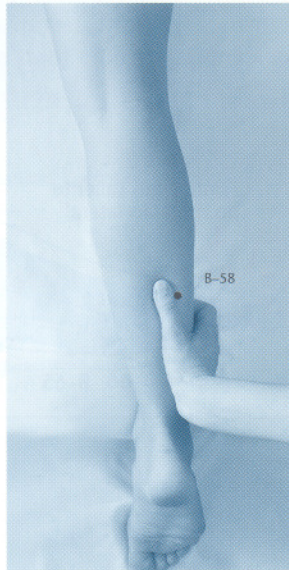
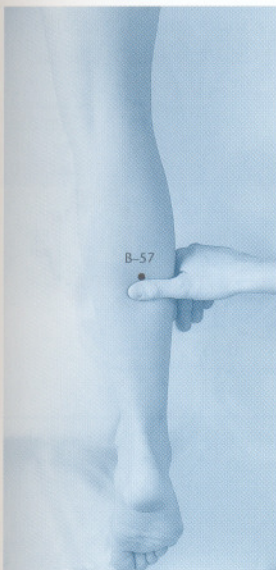
Geral:

- Dor de cabeça na região occipital, sensação de peso na cabeça, tonturas, rinite e epistaxe.
- Ponto distante para os casos de hemorróidas.
- Como ponto *Luo* (em ligação com o Meridiano Principal do Rim), este ponto também é indicado nos casos de afecções renais e das vias urinárias, como, por exemplo, infecção das vias urinárias e nefrite.

Localização

A 1 *tsun* (1 largura do polegar) distal e 1 *tsun* lateral ao ponto **B-57** (ponto médio da panturrilha) ou a 7 *tsun* perpendicularmente acima do ponto **B-60**, na margem posterior da fíbula e na margem inferior do ventre do músculo gastrocnêmio.

Como Encontrar

Posição do paciente: preferencialmente em decúbito ventral, mas também sentado ou em pé (se o tempo de permanência da agulha for curto).

- Localizar o ponto **B-57**, com o paciente na ponta dos pés (de forma que a musculatura da panturrilha possa ser melhor visualizada) ou por meio da técnica do palmo de mão (descrição nas páginas referentes ao ponto **B-57**).
- A partir do ponto **B-57**, medir 1 *tsun* (1 largura do polegar) para baixo e 1 *tsun* lateralmente.

! Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1,5-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento local e sombrio, eventualmente com propagação para baixo até o calcâneo ou para cima ao longo da cavidade poplítea.

Posição da Agulha *in situ*

KUNLUN Montanha Kunlun

- **Ponto *King* (rio), ponto fogo**
- **Importante ponto distante para as regiões da coluna cervical, da nuca e da coluna lombar**

Indicação

Local: luxação e dores nas articulações talocrural e talocalcaneonavicular, edemas no tornozelo e dores no tendão do calcâneo.

Relacionada ao Meridiano: dores ao longo dos trajetos dos Meridianos Principais do Intestino Delgado e da Bexiga (eixo-*Taiyang*); atrofia muscular, fraqueza e paresia nos membros inferiores; ponto distante para os casos de lumbago e lombalgia isquiática, sobretudo nas de tipo crônico; importante ponto distante para a região da nuca, por exemplo para os casos de síndrome da coluna cervical e de torcicolos.

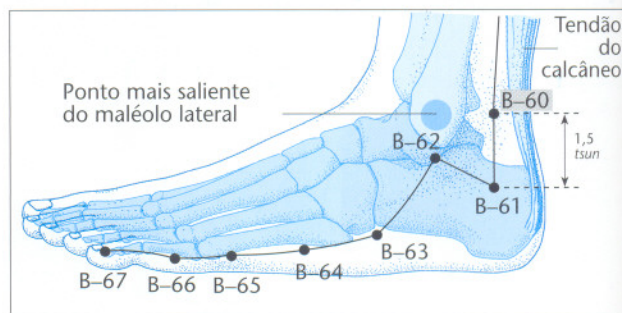
Geral:

- *Dor de cabeça*: ao longo do trajeto do Meridiano na fronte e na região occipital.
- Epistaxe, tonturas e epilepsia.
- *Distúrbios menstruais*: sobretudo com estagnação de sangue, por exemplo dismenorréia com sangue menstrual escuro e granuloso.
- *Na obstetrícia*: nos casos em que as contrações demoram a acontecer e/ou são fracas e nos casos de placenta retida.
- Ponto de influência europeu para todas as algias no trajeto do Meridiano Principal da Bexiga.

Localização

No ponto médio da linha de união entre o tendão do calcâneo e o ponto mais saliente do maléolo lateral.

Função Tradicional

Fortalece o Rim, elimina o vento interno e externo, alivia o calor da cabeça, faz o sangue circular e remove a estagnação de sangue no útero, estimula as contrações, torna os Meridianos fluentes, relaxa os músculos e os tendões, fortalece a região lombar e o joelho.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo lateral.
- O ponto **B-60** localiza-se no ponto médio da linha de união entre o maléolo lateral e o tendão do calcâneo, em uma depressão.

> **!**
> - Este ponto localiza-se exatamente oposto ao ponto **R-3** e pode ser perfurado até lá.
> - Se os pés estiverem frios, aquecê-los, por exemplo, com uma luz infravermelha ou com sachês de sementes de cereja aquecidos e colocados sob as plantas dos pés, pode aumentar o efeito terapêutico.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação pelo calcâneo ou pelos dedos dos pés.

Atenção: é contra-indicado durante a gravidez, exceto para facilitar o parto.

Posição da Agulha *in situ*

Lombossacralgia, ciatalgia, coccidínia, cefaleia.

B-62 SHENMAI Vaso da hora *Shen*

Prega glútea
B–36
B–37
B–38
B–40
B–39
Prega poplítea
B–55
B–56
B–57
B–58
B–59
B–60
B–62
B–61
Ponto mais saliente do maléolo lateral
6
7
1
2
1
3
1,5 *tsun*
1/2
1/2
1/2
1/2
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 *tsun*

- **Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário *Yang Qiao Mai***

Indicação

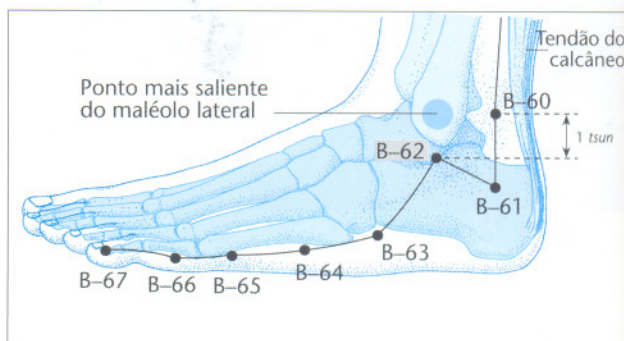
Local: dores e edemas nos tornozelos e na região do calcâneo e distúrbios funcionais da articulação talocalcaneonavicular (pronação/supinação).

Relacionada ao Meridiano: neuralgia e paresia fibulares; dores e redução da mobilidade nos membros inferiores e queixas na região lombar.

Geral:

- Hemicrania e *cefaléias* causadas pela tensão, tonturas.
- Propensão a ter cãibras e epilepsia (segundo G. Maciocia, somente quando os ataques acontecem principalmente durante o dia); nos casos de ataques noturnos, inserir a agulha preferencialmente no ponto **R-6**.
- Apoplexia com afasia e hemiplegia.
- *Distúrbios psíquicos*: mania; insônia, sobretudo quando o paciente tem dificuldade em adormecer, neste caso utilizar a técnica de inserção sedativa da agulha no ponto **B-62** e a técnica de inserção tonificante no **R-6**; má regulação psicovegetativa e vícios.
- Posicionamento incorreto do feto.

Localização

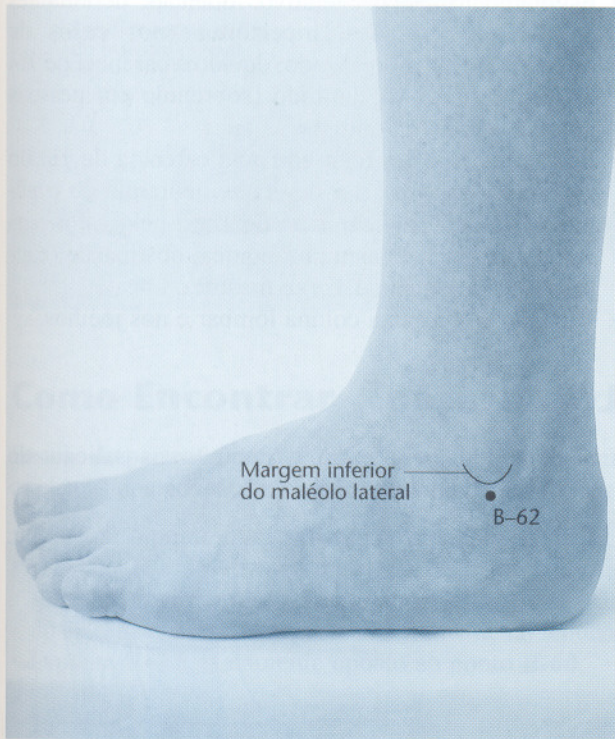
Em uma depressão abaixo do maléolo lateral, ou a 1 *tsun* (1 largura do polegar) abaixo do ponto mais saliente deste maléolo.

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos, relaxa os tendões e os músculos, abre e conecta o Meridiano Extraordinário *Yang Qiao Mai*, elimina o vento interno, clareia a consciência, acalma o *Shen*-mente.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo lateral.
- O ponto **B-62** localiza-se em uma depressão que pode ser palpada logo abaixo da margem inferior do maléolo lateral.

! O ponto **B-62** localiza-se exatamente oposto ao ponto **R-6**.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-0,8 cm). A agulha atinge o ligamento calcâneo fibular acima dos tendões dos músculos fibulares longo e curto, eventualmente também a cápsula articular.

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria e dor.

Posição da Agulha *in situ*

B-2 ZANZHU Reunião do bambu

- **Importante ponto local para os olhos**

Indicação

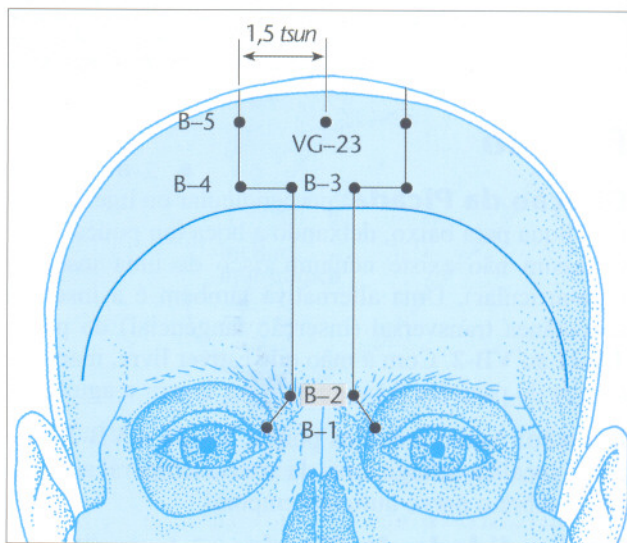
Local e Geral:

- *Afecções oculares*: conjuntivite, glaucoma, miopia, intenso lacrimejamento devido à influência do vento, escassez de fluido lacrimal e afecções do nervo óptico.
- Cefaléia frontal, cefaléias ao redor e "atrás" dos olhos, enxaqueca, tonturas, dores na região supra-orbital.
- *Afecções neurológicas na face*: tique, paresia facial, neuralgia do primeiro ramo do trigêmeo.
- Constipações febris com acometimento do nariz e dos olhos, irritação da mucosa nasal, rinite alérgica e sinusite frontal.

Localização

Em uma depressão na extremidade medial do supercílio, acima do ângulo medial do olho. Segundo as informações contidas na literatura chinesa, o ponto **B-2** encontra-se acima do forame supra-orbital, que, por sua vez, se projeta um pouco mais lateralmente.

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos, sobretudo o vento e o calor, abre a visão, fortalece a acuidade visual, regula a secreção de lágrimas, torna os canais da rede fluentes.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a extremidade medial do supercílio e, lateralmente a ela, palpar uma depressão que, em geral, é sensível à palpação.

Punção

Direção da Picada: ligeiramente oblíqua de medial a lateral; nos casos de problemas nos olhos, oblíqua subcutânea em direção ao ponto **B-1**; nos casos de cefaléia ou de paresia facial, oblíqua subcutânea para cima ou horizontal em direção ao ponto **Ex-CP-4** (*Yuyao*, localização: no ponto médio do supercílio); durante a inserção da agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,3-0,8 cm).

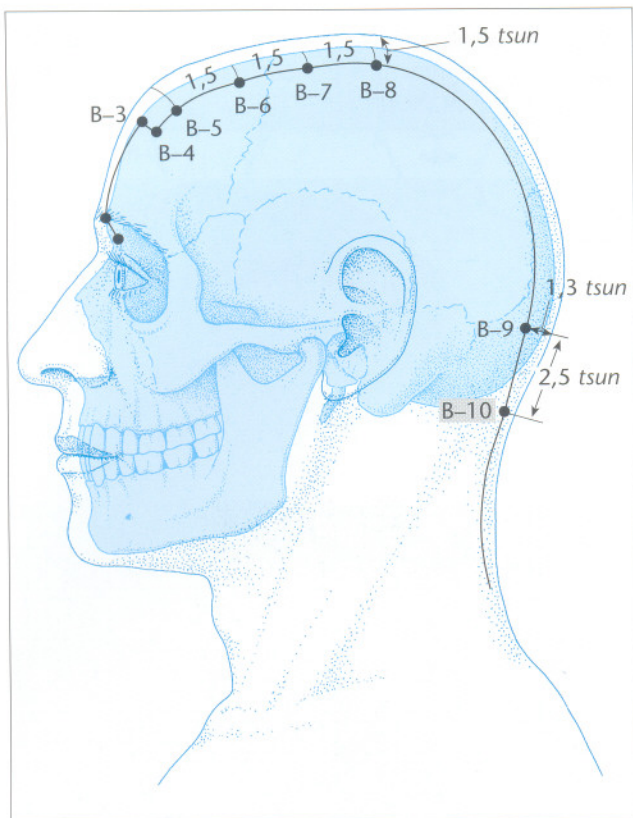
Sensação da Agulha: na região dos olhos, sensações de formigamento e de tensão de caráter sombrio e que se propagam.

Atenção: tenha cuidado com os ramos do nervo frontal e com o nervo facial, bem como com os vasos sangüíneos!

Moxabustão: cuidado, segundo a maioria dos autores, ela é contra-indicada.

! Nos casos de estados de plenitude, deixar o ponto sangrar um pouco (microssangria) traz bons resultados.

Posição da Agulha *in situ*

Tianzhu Pilar celestial

- **Importante ponto local da cabeça para a expulsão do vento interno e externo**
- **"Ponto de influência do parassimpático" (segundo Bischko)**

- *Inflamações na garganta*: laringite, faringite e constipações febris.
- Tonturas, insônia e déficit de concentração.
- Segundo U. Hecker/A. Steveling: este ponto ajuda a regular o tônus geral do corpo.

> **!** Nos casos de afecções nasais e oculares, há uma intensificação da ação do ponto **B-10**, se ele for associado com o **B-2**: acoplamento da frente para trás.

Localização

Na nuca, a 0,5 *tsun* (1 largura do dedo mínimo) acima da linha de implantação posterior do cabelo, a 1,3 – 1,5 *tsun* lateral ao ponto **VG-15** (na linha mediana, entre a 1ª e a 2ª vértebra cervical), na proeminência da margem externa do músculo trapézio.

Função Tradicional

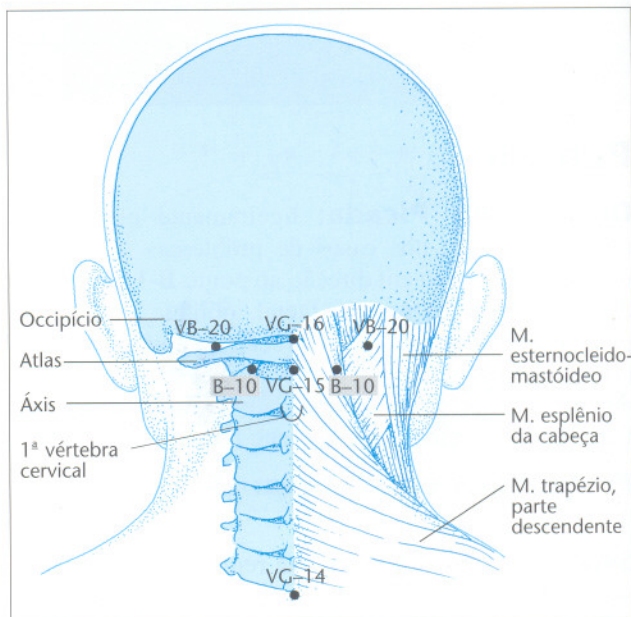
Dissipa os fatores externos patogênicos como o vento e o frio, apazigua o vento interno, alivia o calor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, clareia o cérebro, melhora a acuidade visual, relaxa os músculos e os tendões, fortalece as costas, alivia as dores.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano:

- Cefaléia ao longo do trajeto dos Meridianos Principais do Intestino Delgado e da Bexiga (cefaléia-*Taiyang*): este ponto é utilizado nos casos de dor de cabeça nas regiões occipital e parietal, independentemente da causa.
- Rigidez e dores na nuca, queixas na coluna cervical (espondilose).
- Ponto distante para os casos de dor lombar em ambos os lados da coluna.

Geral:

- *Afecções nasais* (sobretudo em conseqüência da debilidade do Rim): rinite, sinusite e anosmia.

Como Encontrar

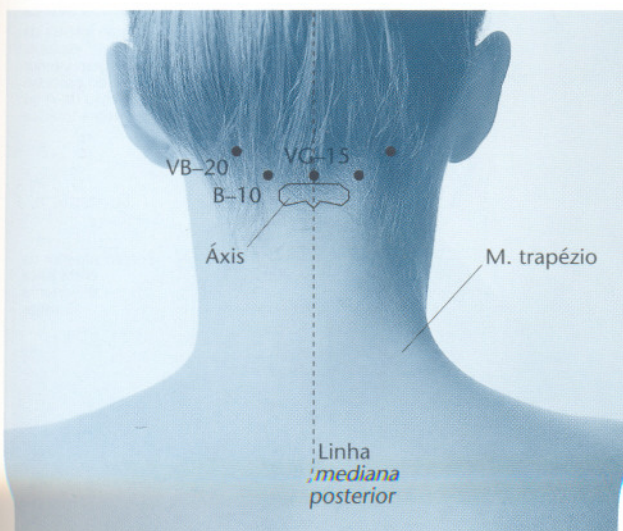
Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado; pedir ao paciente que incline a cabeça para trás ligeiramente, assim o ligamento da nuca, normalmente retesado, é relaxado.

1ª Forma de Localização:

- Procurar o processo espinhoso do áxis (primeiro processo espinhoso palpável); o ponto **VG-15** localiza-se na linha mediana, entre a 1ª e a 2ª vértebra cervical.
- A partir da linha mediana (**VG-15**), palpar aproximadamente 1,3 *tsun* (pouco mais que 1 largura do polegar) lateralmente.
- O ponto **B-10** encontra-se abaixo do occipício, a aproximadamente 0,5 *tsun* (1 largura do dedo mínimo) acima da linha de implantação posterior do cabelo, na proeminência do músculo trapézio, em uma pequena depressão (na margem lateral do músculo, exatamente onde ele começa a descender).

2ª Forma de Localização:

- Primeiro, procurar a depressão do ponto **VB-20**, que é facilmente palpável (localização: abaixo da margem inferior do occipício, entre as inserções dos músculos esternocleidomastóideo e trapézio).
- A partir daí, deslizar o dedo em um ângulo de 45° medial e caudalmente. O ponto **B-10**, que, em geral é sensível à palpação, localiza-se a aproximadamente 1 *tsun* (1 largura do polegar) abaixo do **VB-20**, em uma depressão na proeminência do músculo trapézio.

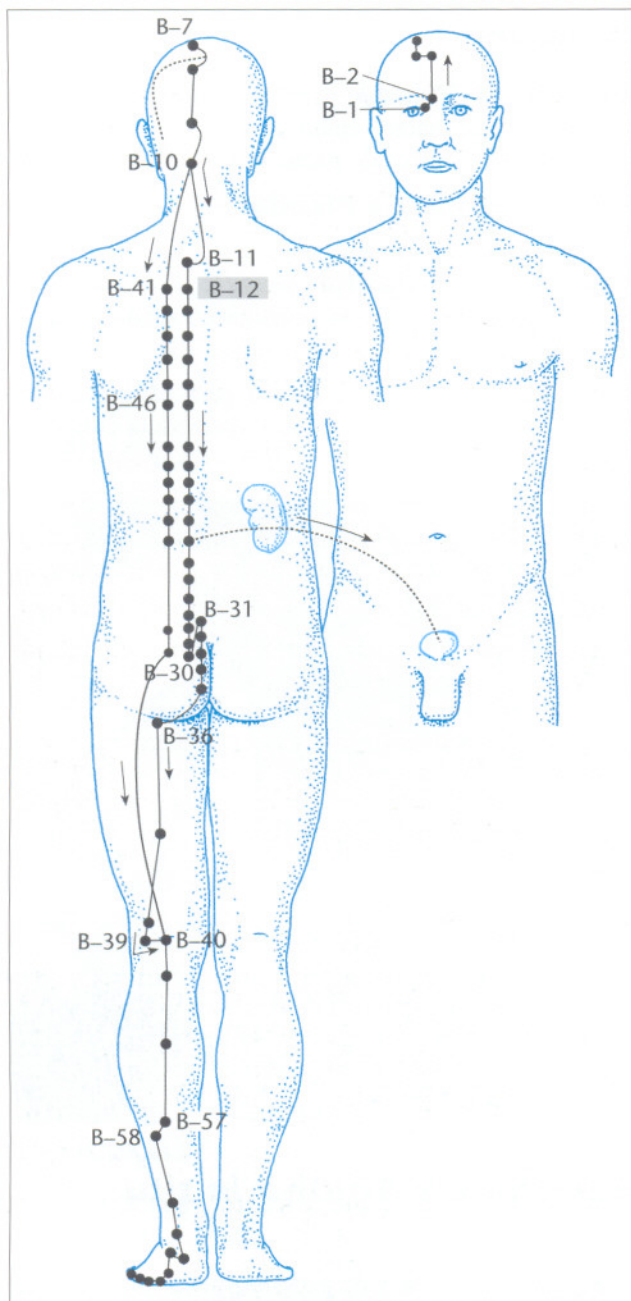
> ! Em comparação com o ponto **VB-20**, a localização do ponto **B-10** é mais medial e caudal.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua para baixo, então com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local, sombria e dor, à vezes com propagação até a orelha ou até o alto da cabeça.

Atenção: não direcione a agulha para cima (cranialmente) devido ao risco de punção da medula oblonga.

Posição da Agulha *in situ*

- Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário Vaso Governador

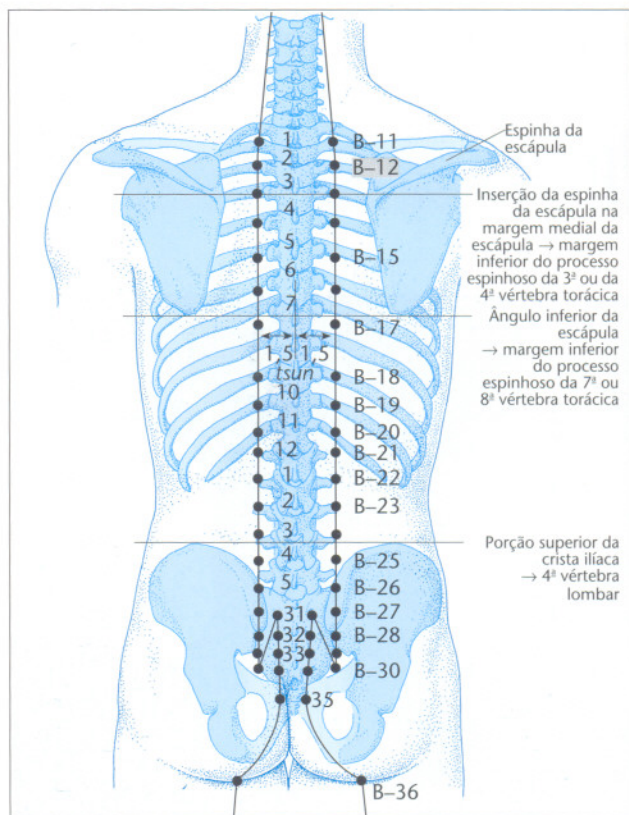
Indicação

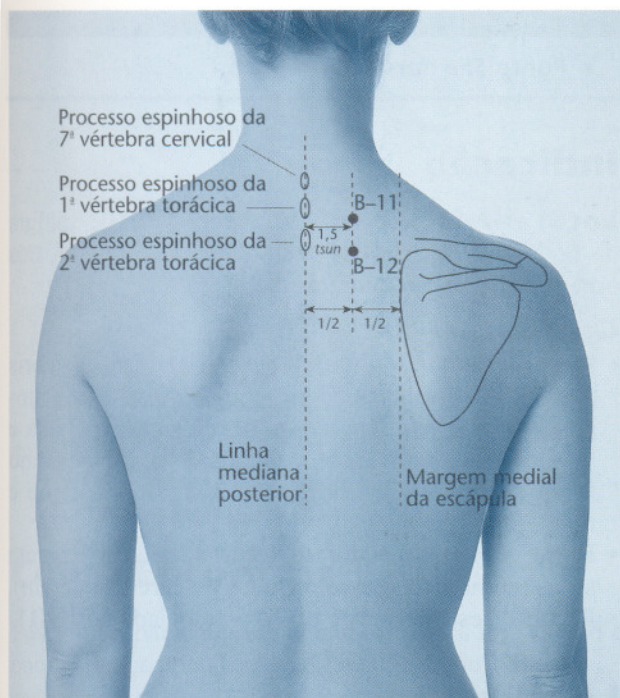
Local e Relacionada ao Meridiano: queixas na região da coluna vertebral nas porções cervical e torácica, mialgia na região do cíngulo do membro superior (sobretudo quando se tem o vento como causa).

Geral:

- *Doenças das vias respiratórias* e constipações febris (ataque de vento-calor ou de vento-frio) em estágio inicial, por exemplo nos casos de tosse, dispnéia, febre, asma brônquica e bronquite; predisposição para infecções.
- Cefaléias e rigidez na nuca.
- Nos casos de urticária, associado com os pontos **P-7** e **BP-10**.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 2ª vértebra torácica.

Função Tradicional

Regula e propaga o *Qi* do Pulmão, dissipa os fatores externos patogênicos, sobretudo o vento, "abre a superfície do corpo" e estimula a transpiração, torna os canais da rede fluentes.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**). pg 207
- Procurar a margem inferior do processo espinhoso da 2ª vértebra torácica e a partir dela medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção ao processo espinhoso da 2ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, freqüentemente com propagação para baixo e para a frente sobre os ombros.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

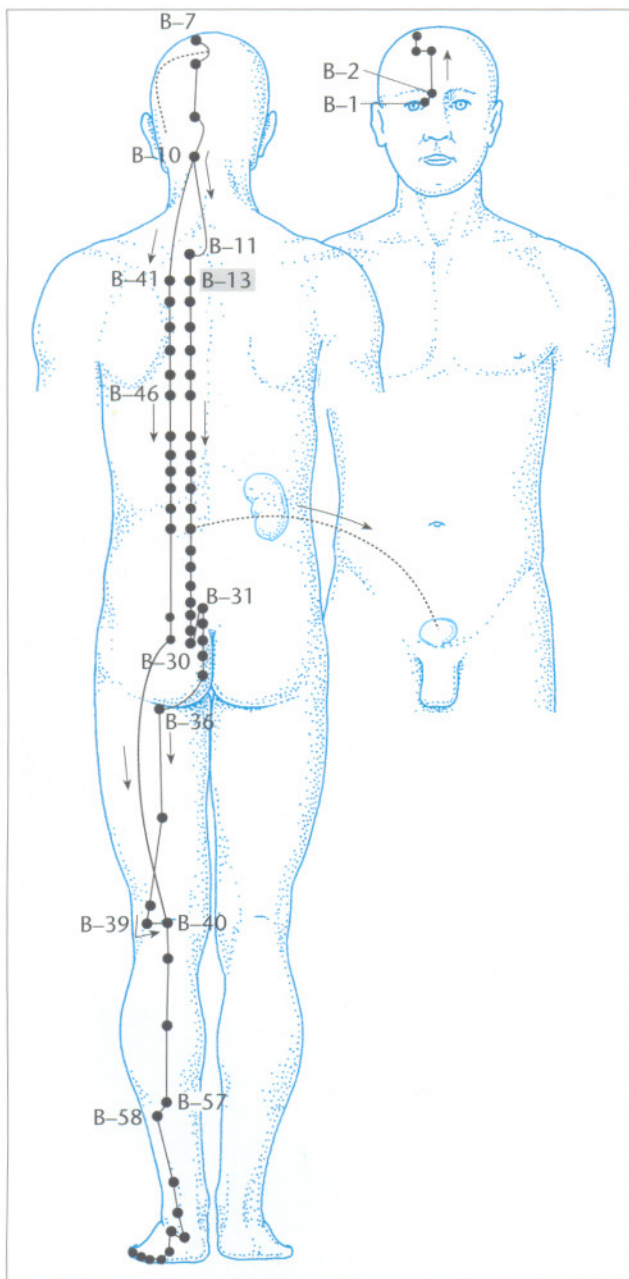
> **!** Nos casos de constipações, utilize a técnica de inserção sedativa da agulha ou deixe o ponto **B-12** sangrar.

Posição da Agulha *in situ*

B42 POHU

FEISHU Ponto *Shu* dorsal do Pulmão

Função Tradicional

Regula o *Qi* do Pulmão e do aquecedor superior, estimula as funções de distribuição e de difusão do Pulmão, dissipa os fatores externos patogênicos, alivia o calor perverso (nutre o *Yin*), acalma a tosse.

- Ponto *Shu* dorsal do Pulmão

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: mialgia na região da nuca e das costas, queixas na área dos ombros e neuralgia intercostal.

Geral:

- *Doenças das vias respiratórias*: constipações febris agudas, sobretudo quando acompanhadas de sintomas como tosse; asma brônquica; bronquite aguda e crônica; pneumonia acompanhada de sintomas como tosse, dispnéia e sensações torácicas de plenitude e de tensão.
- Febre vespertina, sudorese noturna, boca e garganta secas (como sintomas de estados de carência de *Yin*).
- Prurido, neste caso este ponto é associado ao **IG-11**.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica.

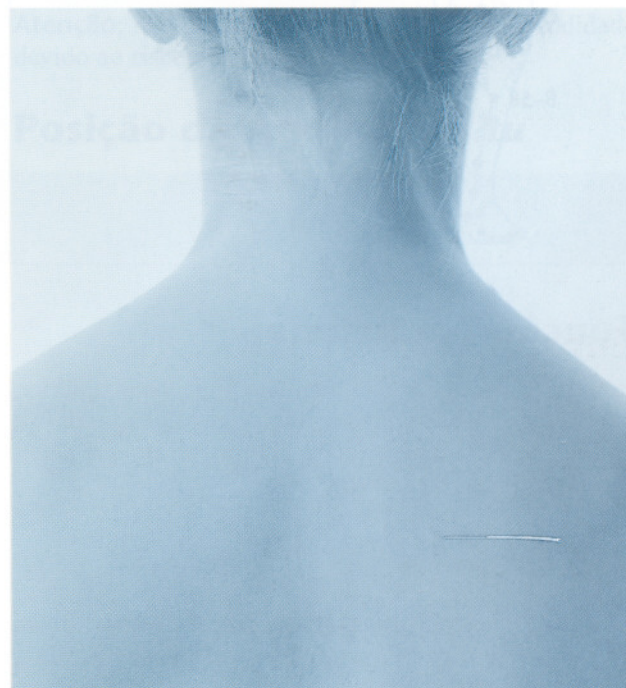
Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**); a partir dela, descer contando até a 3ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura da inserção da espinha da escápula na margem medial da escápula. Essa inserção pode ser facilmente palpada.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua, em direção à 3ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento locais e sombrios.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

B-15 B44 XINSHU Ponto *Shu* dorsal do Coração

Shentang

- Ponto *Shu* dorsal do Coração

Função Tradicional

Regula e nutre o coração, regula o aquecedor superior, elimina o calor, regula o fluxo sangüíneo e de *Qi* (sobretudo o torácico), relaxa o tórax, acalma o *Shen*-mente, estimula o cérebro.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores na região torácica da coluna vertebral e neuralgia intercostal.

Geral:

- *Doenças cardíacas*: palpitações, distúrbios do ritmo cardíaco e angina de peito; sensação de opressão e dor causada pela estagnação de sangue.
- Tosse, hemoptise, febre, queixas climatérias, sensações de queimação nas palmas das mãos e nas plantas dos pés e sudorese noturna (sintomas de casos de calor perverso no *Yin*).
- *Distúrbios psíquicos* (causados por padrões de plenitude no Coração, tais como fogo do Coração ou fogo perverso do Coração; nestes casos, utilizar a técnica de inserção sedativa da agulha): insônia, síndromes psicovegetativas, estados de agitação e ansiedade causada por pânico de avaliações.
- *Déficit de concentração e distúrbios da capacidade perceptiva*; segundo G. Maciocia este ponto pode ser utilizado nos casos de retardo mental em crianças e de depressão em adultos (utilizar, então, a técnica de inserção tonificante da agulha ou a moxabustão).

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 5ª vértebra torácica.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo.

1ª Forma de Localização:

- Procurar a 7ª vértebra cervical (Descrição nas páginas referentes ao ponto **VG-14**); a partir dela, descer contando até a 5ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 5ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

2ª Forma de Localização:

- Com o paciente sentado e com os braços pendendo ao lado do corpo, a margem inferior do processo espinhoso da 3ª vértebra torácica, em geral, projeta-se na altura da inserção da espinha da escápula na margem medial da escápula. Essa inserção pode ser facilmente palpada. A partir dessa área, descer contando até a 5ª vértebra torácica.
- A partir da margem inferior do processo espinhoso da 5ª vértebra torácica, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) ou metade da distância entre a linha mediana posterior e a margem medial da escápula, lateralmente.

Punção

Direção da Picada: oblíqua em direção à 5ª vértebra torácica; na prática clínica, também é comum que a agulha seja inserida subcutaneamente em sentido medial e em direção ao Meridiano Extraordinário Vaso Governador, de forma que o paciente possa ficar em decúbito dorsal durante o tempo de permanência da agulha. As agulhas inseridas subcutaneamente podem ser fixadas com pequenas fitas adesivas, de modo que se impeça que elas penetrem mais profundamente quando o paciente estiver em decúbito dorsal.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento locais e sombrios, eventualmente com propagação para a frente em direção à região do coração.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

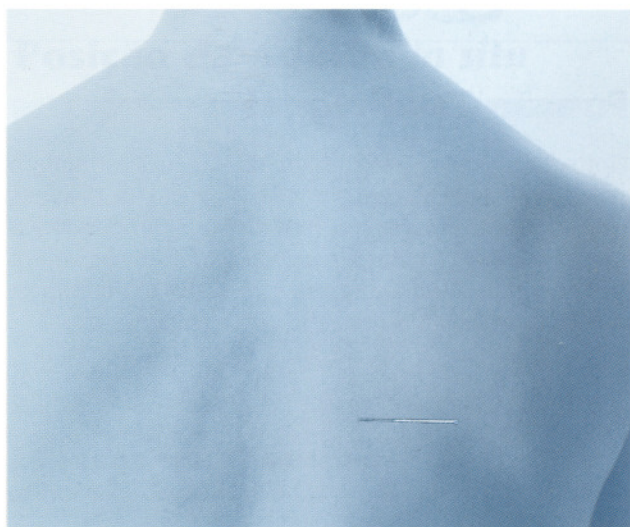
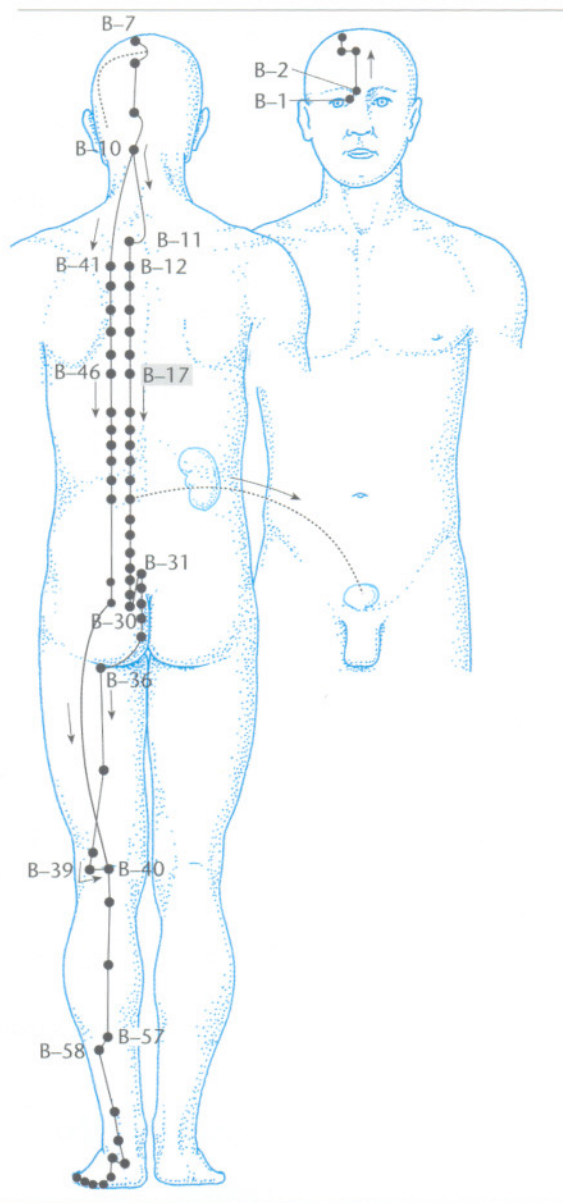
Posição da Agulha *in situ*

GESHU Ponto *Shu* do diafragma

ınção Tradicional

tre o sangue, alivia o calor do sangue, estimula o xo sangüíneo e remove a estagnação de sangue, tre os fluidos corpóreos, harmoniza o *Qi* do Estôma- e torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais pro- ıdo, regula o diafragma, relaxa o tórax e o diafragma, talece nos casos de estados de deficiência.

ıdicação

ɔcal e Relacionada ao Meridiano: dores ıs costas, síndromes na coluna torácica e neuralgia tercostal.

- **Ponto *Shu* dorsal do diafragma**
- **Ponto de influência do sangue**

Geral:

- Sensação de opressão torácica cuja origem é ou cardíaca ou pulmonar; dispnéia e asma brônquica.
- Distúrbios do diafragma tais como espasmo e paresia do diafragma, síndrome de Roemheld, vômitos de causa nervosa, gastralgia causada pela estagnação de sangue.
- *Afecções hematológicas* como anemia e diátese hemorrágica.
- *Doenças da pele* tais como urticária (neste caso associado com os pontos **IG-11** e **BP-10**) e eczema (causado pelo calor do sangue).
- Em geral, nos casos de *estagnação de sangue* em um órgão, utilizar a técnica de inserção sedativa da agulha ou a de inserção neutra e associar este ponto com o ponto *Shu* do respectivo círculo funcional.
- *Síndromes de carência de sangue* em diferentes órgãos (círculo funcional); aplicar, então, moxabustão no ponto **B-17** e no ponto *Shu* correspondente ao órgão acometido.

Localização

A 1,5 *tsun* lateral à linha mediana posterior (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), na altura da margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra torácica.

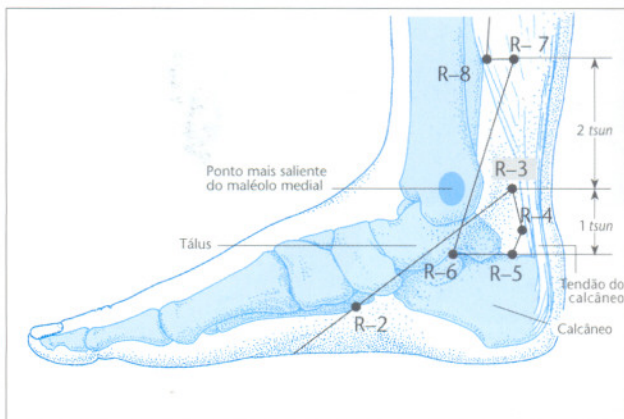
TAIXI Grande riacho

- Ponto *Iu* (lago), ponto terra
- Ponto *Yuan*
- Ponto de acupuntura muito importante para o fortalecimento dos rins

Geral:

- Infecção das vias urinárias, incontinência urinária, enurese e nefrite.
- *Distúrbios menstruais* tais como menstruação irregular, hipermenorréia e amenorréia.
- Queixas climatérias e infertilidade.
- *Distúrbios das funções sexuais* tais como impotência e distúrbios da ejaculação.
- Esgotamento psicovegetativo, doenças debilitantes crônicas, depressões, hipertônus (nos casos de aumento de *Yang* do Fígado, devido à carência de *Yin* do Rim), surdez e zumbido (sobretudo em pessoas idosas), insônia e tonturas.
- Laringite (crônica) (causada pela carência de *Yin* do Pulmão e do Rim), dor de dente, neuralgia do trigêmeo (causada pela carência de *Yin* e pelo calor perverso), hemoptise, asma brônquica, obstipação (causada pela carência de *Yin*) e mastite.
- Queixas crônicas na coluna lombar e nos joelhos.

Localização

Em uma depressão entre o ponto mais saliente do maléolo medial e o tendão do calcâneo.

Função Tradicional

Tonifica o Rim, nutre o *Yin*, tonifica o *Yang*, estabiliza o *Qi* do Rim, protege o *Jing* essencial, os ossos e a medula, refresca o fogo perverso, o calor perverso e o calor, regula o útero, fortalece a região lombar e o joelho.

Indicação

Local: dores no tendão do calcâneo, na articulação talocrural e na planta do pé.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- O ponto **R-3** localiza-se na altura deste ponto mais saliente, em um prolongamento em direção ao tendão do calcâneo, em uma depressão à frente de tal tendão.
- O ponto **R-3** é exatamente oposto ao ponto **B-60**.

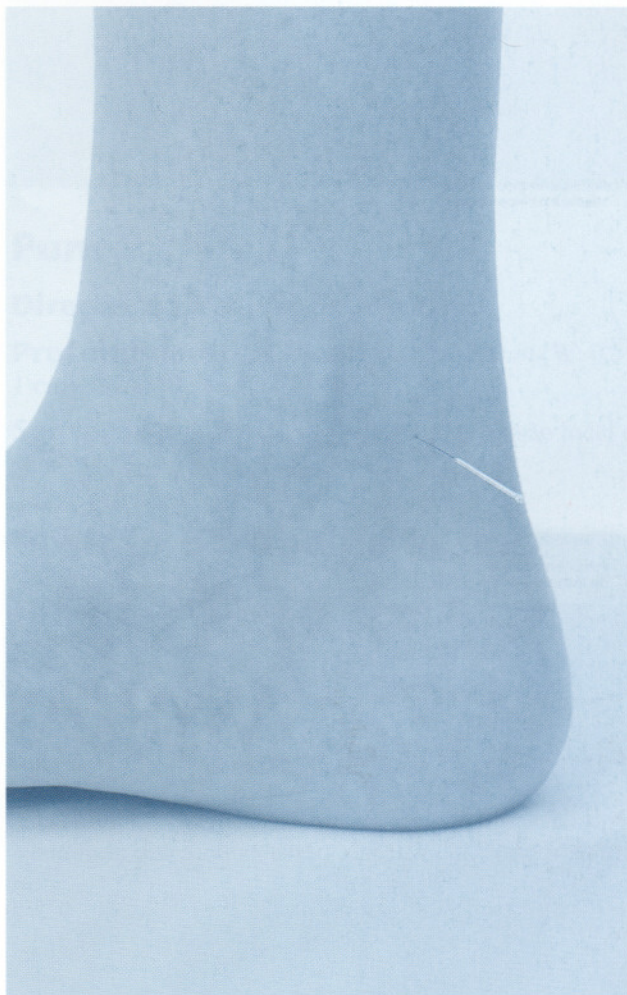
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm), também é possível a perfuração até o ponto **B-60**.

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente adormecimento com propagação até a planta do pé.

Posição da Agulha *in situ*

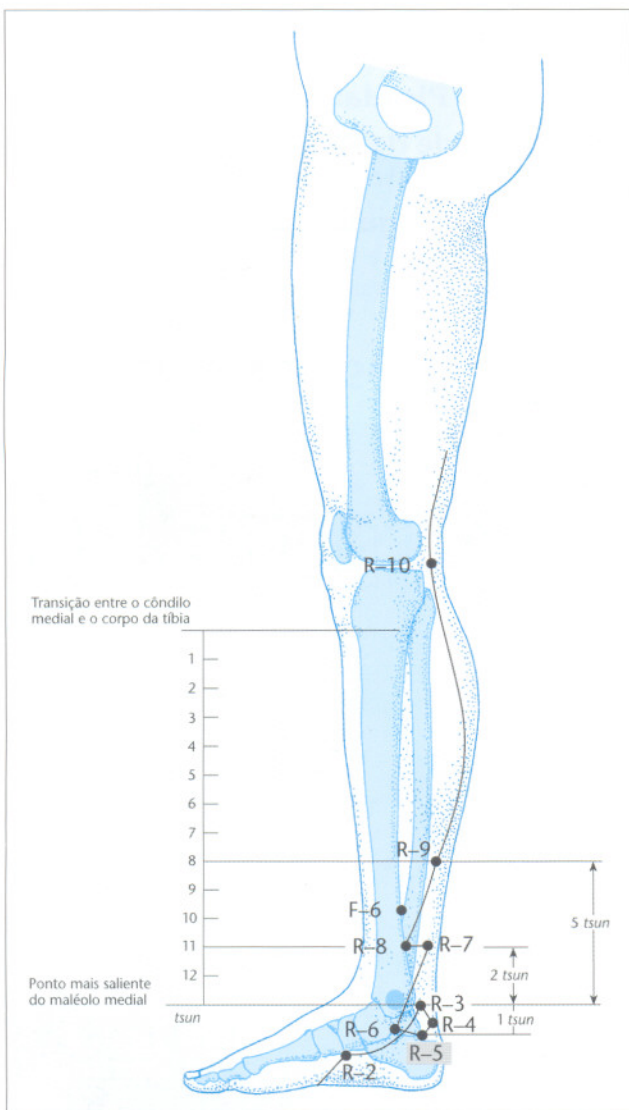
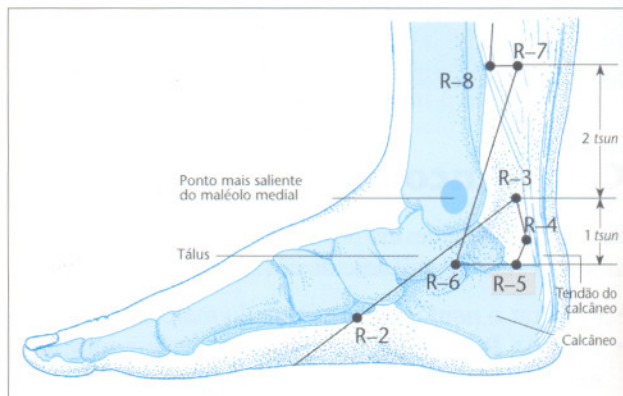
R-5 SHUIQUAN Fonte de água

• Ponto *Xi* do Meridiano do Rim

Indicação

Como ponto *Xi*, ele é utilizado, sobretudo, nos casos de distúrbios agudos para eliminar a dor.

- *Distúrbios menstruais*: dismenorréia, menstruação irregular e amenorréia.
- *Afecções renais e das vias urinárias*: disúria, distúrbios agudos das funções renais (principalmente quando o ponto **R-5** for sensível à pressão) e cólica renal (nos casos de formação de cálculos renais, para cessar os espasmos e aliviar a dor).

Localização

A 1 *tsun* (1 largura do polegar) abaixo do ponto **R-3**, em uma depressão que pode ser palpada na região do espaço articular entre o tálus e o calcâneo.

Função Tradicional

Fortalece o Rim, regula a menstruação e o aquecedor inferior, auxilia a micção, cessa as dores do abdome.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- O ponto **R-3** localiza-se na altura deste ponto mais saliente, no ponto médio de um prolongamento em direção ao tendão do calcâneo (em uma depressão à frente de tal tendão).
- A partir do ponto **R-3**, medir 1 *tsun* (1 largura do polegar) diretamente para baixo; o ponto **R-5** localiza-se em uma depressão que pode ser palpada na região do espaço articular entre o tálus e o calcâneo.

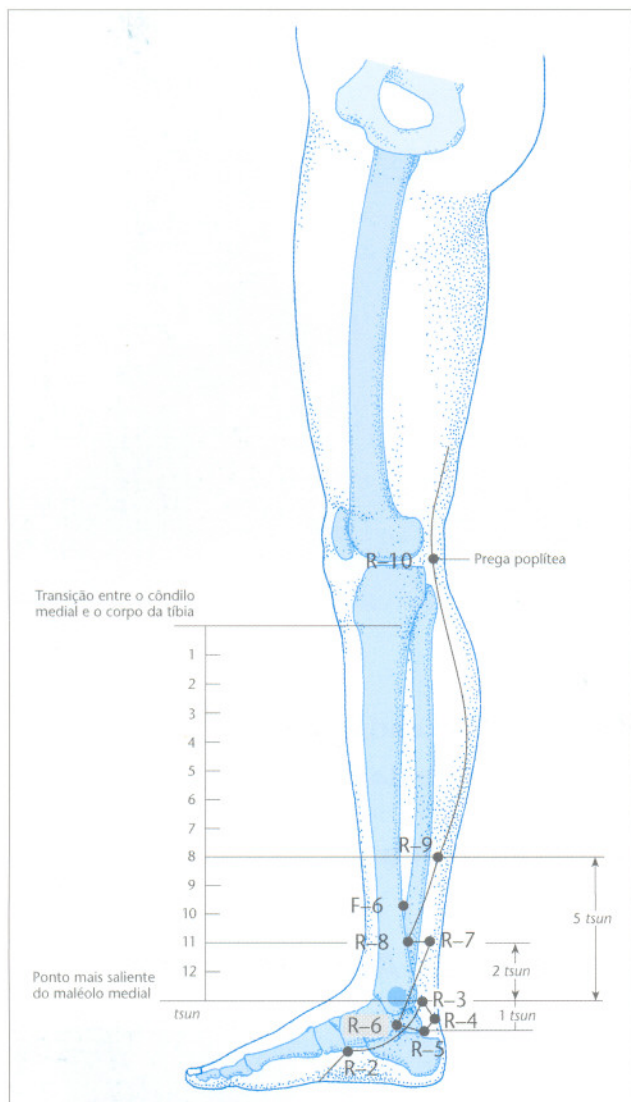
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria.

Posição da Agulha *in situ*

ZHAOHAI Mar resplandecente

- **Importante ponto, com amplo espectro de ação**
- **Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário *Yin Qiao Mai***
- **Ponto mais importante para o fortalecimento do *Yin* do Rim no Meridiano Principal do Rim**

Função Tradicional

Nutre o *Yin* (do Rim), estimula o fluxo sangüíneo e de *Qi* e torna os Meridianos fluentes, regula a menstruação e o útero, refresca o calor e o fogo, nutre os fluidos corpóreos e umedece a secura, protege a garganta, clareia o *Shen*-mente.

Indicação

Local: dor nos pés e distúrbios funcionais nos membros inferiores (pronação/supinação).

Geral:

- *Distúrbios dos sistemas urinário e genital*: prurido nos genitais externos, corrimento vaginal, infecção das vias urinárias, disúria e distúrbios da micção.
- *Distúrbios ginecológicos*: queixas climatérias, distúrbios menstruais e prolapso do útero; na obstetrícia nos casos em que as contrações demoram a acontecer e/ou são fracas.
- Sintomas crônicos de secura (carência de *Yin*) na garganta (p. ex., nos casos em que a mucosa da garganta se apresenta cronicamente seca e ferida) e nos olhos (quando a mucosa dos olhos se apresenta ressecada devido à redução da secreção de lágrimas, sobretudo em pessoas idosas).
- Distúrbios do sono; estados de agitação, de ansiedade e de euforia motivados pela carência de *Yin*.
- *Distúrbios hormonais*: este ponto tem aplicação, por exemplo, nos casos em que há um agravamento dos sintomas relacionados com a menstruação.

Localização

A aproximadamente 1 *tsun* perpendicularmente abaixo do ponto mais saliente do maléolo medial; o ponto **R-6** localiza-se na região do espaço articular entre o tálus e o calcâneo, na mesma altura do ponto **B-62**.

Observação: existem diversas localizações para o ponto **R-6**: alguns autores o localizam também a 0,4 *tsun* ou a 1 *tsun* abaixo da margem inferior do maléolo. O que vai determinar, portanto, qual é sua posição exata não é a medição com o *tsun*, mas sim a localização da depressão, que pode ser palpada na região do espaço articular, logo abaixo do maléolo medial.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- A partir deste ponto, palpar perpendicularmente para baixo.
- O ponto **R-6** localiza-se a aproximadamente 1 *tsun* (1 largura do polegar) abaixo do maléolo medial.
- Ele se encontra em uma depressão, abaixo da qual se pode palpar uma saliência óssea pequena, porém facilmente perceptível.

! Quando o paciente aduz o pé ligeiramente, pode-se ver com facilidade uma prega na altura do ponto.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de formigamento e de tensão locais e de caráter sombrio, eventualmente adormecimento com propagação até a panturrilha.

Posição da Agulha *in situ*

FULIU Retorno do desaguadouro

- Ponto *King* (rio), ponto metal
- Ponto de tonificação

Indicação

Local e relacionada ao Meridiano: redução da mobilidade e paresias nos membros inferiores, principalmente nos casos de fraqueza e de paresia nos pés.

Geral:

- *Edema*, sobretudo nas pernas (inchaço).
- *Afecções do trato gastrintestinal*: diarréia, meteorismo e sensação de tensão no abdome.
- *Afecções urológicas*: disfunções urinárias (iscúria e incontinência urinária), infecção das vias urinárias, nefrite, orquite e espermatorréia.
- O ponto **R-7** tem ação reguladora sobre a transpiração, dependendo da técnica de inserção utilizada: a técnica sedativa (neste caso, estimular o ponto intensamente), associada ao ponto **IG-4**, estimula a transpiração e é indicada nos casos de constipação para eliminar o fator patogênico; já a técnica tonificante, associada ao ponto **C-6**, reduz a transpiração e é indicada nos casos de síndromes de carência de *Yin* com sudorese noturna.

Localização

A 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) diretamente acima do ponto **R-3**, em uma depressão na margem anterior do tendão do calcâneo.

Função Tradicional

Fortalece o Rim, nutre o *Yin*, fortalece e estabiliza o *Yang* do corpo, regula os poros sudoríferos e a secreção de suor, umedece e elimina a secura, elimina a umidade e a umidade-calor, sobretudo do aquecedor inferior, protege a Bexiga.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial; o ponto **R-3** localiza-se no ponto médio da linha de união com o tendão do calcâneo.
- A partir do ponto **R-3**, medir 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) diretamente para cima; o ponto **R-7** encontra-se em uma depressão na margem anterior do tendão do calcâneo.

> **!** Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: adormecimento e sensação de tensão locais e de caráter sombrio, eventualmente com propagação pela planta do pé.

Posição da Agulha *in situ*

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, com as plantas dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial; o ponto **R-3** localiza-se no ponto médio da linha de união com o tendão do calcâneo.
- A partir do ponto **R-3**, medir 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) diretamente para cima; o ponto **R-7** encontra-se em uma depressão na margem anterior do tendão do calcâneo.

> **!** Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: adormecimento e sensação de tensão locais e de caráter sombrio, eventualmente com propagação pela planta do pé.

Posição da Agulha *in situ*

QUZE Maré sinuosa

- **Importante ponto local**
- **Ponto *Ho* (mar), ponto água**

- Estados de agitação e de pânico (causados pelo fogo do Coração), palpitações, angina de peito e tendência a ter taquicardia.

Localização

Na prega do cotovelo, ulnar ao tendão do músculo bíceps braquial, entre o tendão e a artéria braquial.

Função Tradicional

Alivia o fogo do Coração, refresca o sangue e elimina o calor, apazigua o Estômago e torna o seu *Qi* contracorrente mais profundo, estanca a diarréia, faz o sangue circular (estimula o fluxo sangüíneo) e elimina a congestão, descongestiona as cavidades cardíacas e restabelece a consciência, acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local: dores e câimbras no cotovelo e no braço, artrite na articulação do cotovelo e epicondilopatia.

Relacionada ao Meridiano: dores em casos de angina de peito (no trajeto do Meridiano).

Geral:

- Ação reguladora no *trato gastrintestinal*, por exemplo nos casos de gastrenterite aguda (calor do verão) e diarréia.
- *Doenças com estados febris*, acessos agudos de calor e convulsões febris (este ponto elimina o calor nos estágios de *Qi* e sangue, segundo a teoria dos quatro estágios, que é um modelo teórico chinês para os casos de doenças com estados febris causadas pelo fator patogênico "calor").

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado.

- Pedir ao paciente que mantenha o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para cima.
- O cotovelo deve ser flexionado; com o músculo bíceps braquial distendido, o tendão pode ser melhor visualizado.
- O ponto **CS-3** localiza-se na prega do cotovelo, ulnar ao tendão do músculo bíceps braquial.

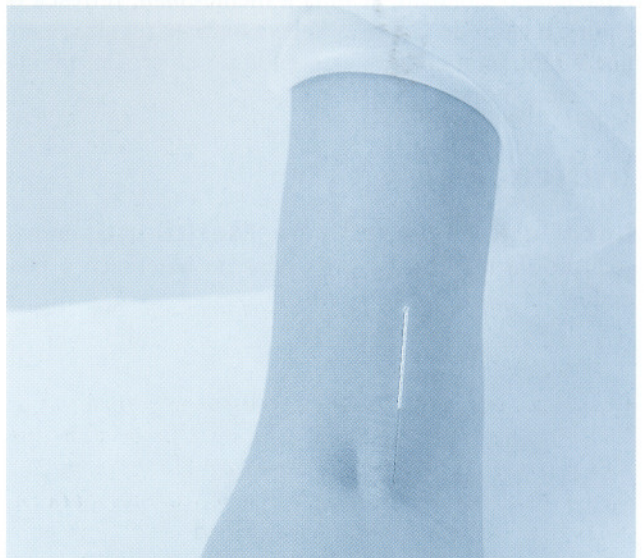
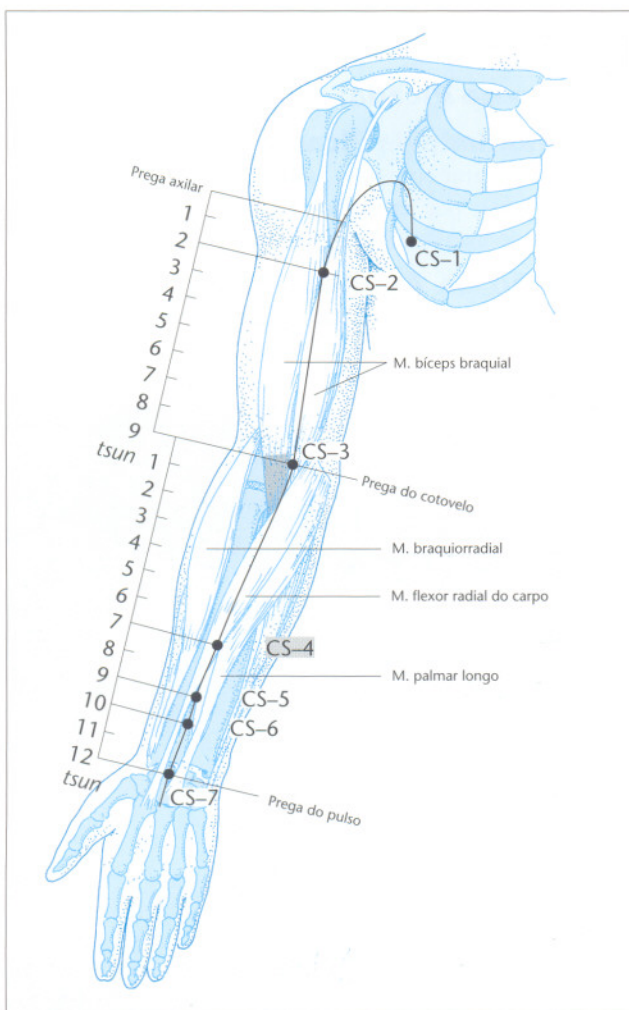
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm) ou deixar sangrar com uma agulha triangular (microssangria da veia), por exemplo nos casos de gastrenterite aguda ou de insolação (causada pelo calor do verão).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e de caráter sombrio, eventualmente com propagação até o dedo médio.

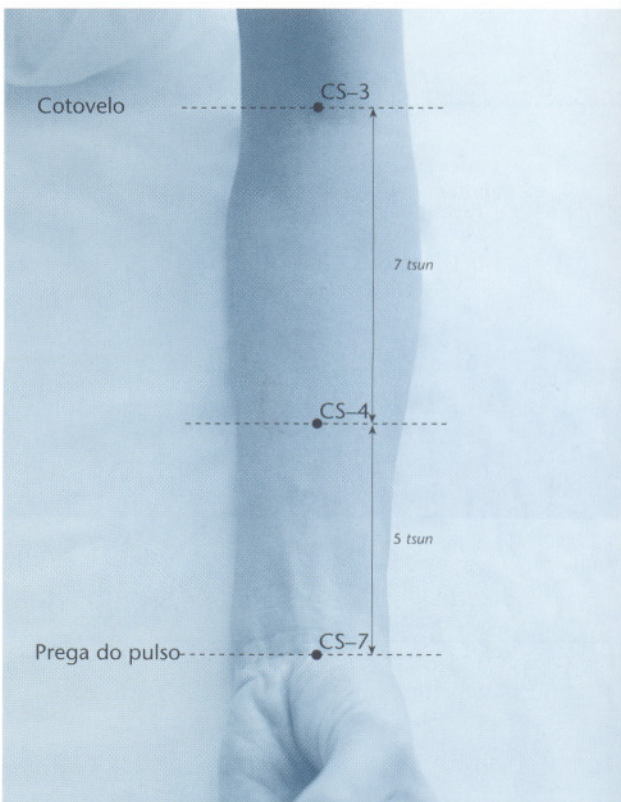
Posição da Agulha *in situ*

XIMEN Portão do abismo

- **Ponto *Xi* do Meridiano Principal da Circulação/Sexo**

Geral:

- *Afecções agudas da circulação sangüínea coronariana*: este ponto alivia a dor nos casos de acessos agudos de angina de peito, palpitações, taquicardia e distúrbios do ritmo cardíaco (segundo G. Maciocia, o ponto **CS-4** tem importante ação na regulação do ritmo cardíaco).
- *Doenças da pele* causadas pelo calor do sangue, como, por exemplo, furúnculos e abscessos.
- Tonturas, insônia e estados de agitação e de ansiedade.
- Epistaxe, hematêmese, enjôo, soluço e síndrome de Roemheld.

Localização

A 5 *tsun* proximais à prega de flexão do pulso, entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo, ou a 1 *tsun* distal do ponto médio da linha de união dos pontos **CS-3** e **CS-7**.

Função Tradicional

Apazigua o Coração, acalma a mente-*Shen*, refresca o calor e o calor do Coração, relaxa o tórax, regula o sangue e elimina a congestão, sobretudo na região torácica, relaxa o diafragma, alivia a dor.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade e paresias no antebraço e nos dedos.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para cima.

- Técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **CS-3** (na prega do cotovelo, ulnar ao tendão do músculo bíceps braquial), o outro sobre o ponto **CS-7** (no ponto médio da prega de flexão do punho, entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo).
- Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre esses dois pontos.
- A partir desse ponto médio, medir, então, 1 *tsun* (1 largura do polegar) para baixo. O ponto **CS-4** localiza-se entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo.

- Ambos os tendões podem ser melhor visualizados quando se apertam fortemente as pontas do polegar e do dedo mínimo uma contra a outra, e a mão é ligeiramente flexionada. Se apenas um tendão for visível, este é o tendão do músculo flexor radial do carpo.
- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
- Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para o antebraço dividida em 12 *tsun*; os 12 *tsun* correspondem à distância entre a prega do cotovelo e a prega do pulso. O ponto **CS-4** localiza-se a 5 *tsun* proximais à prega do pulso.

Punção

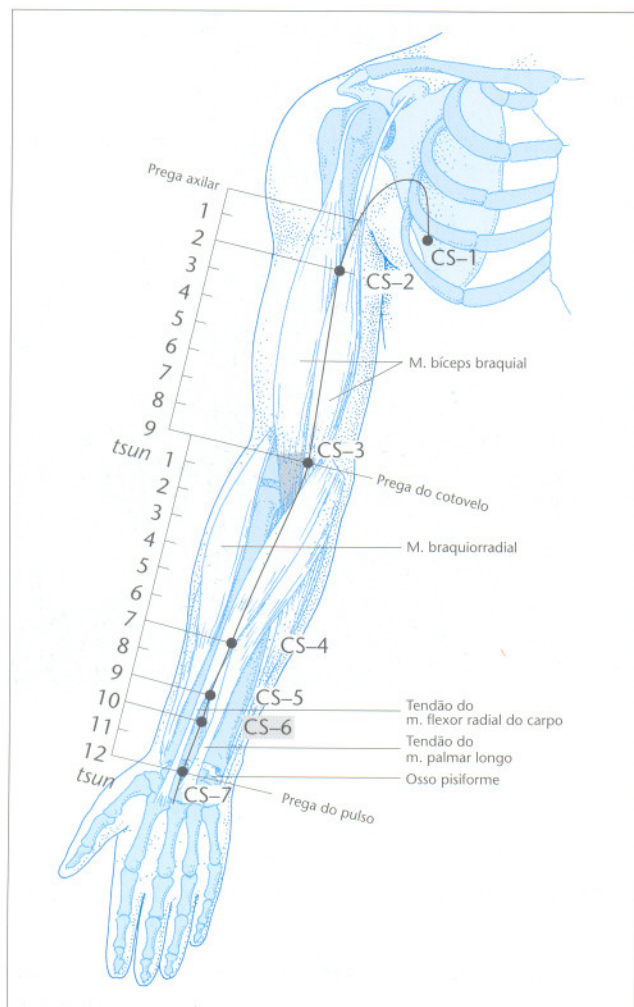
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias ou um adormecimento que se propaga até as pontas dos três dedos do meio.

Posição da Agulha *in situ*

GP

NEIGUAN Barreira interna

- Ponto *Luo* do Meridiano Principal da Circulação/Sexo
- Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário Yin Wei Mai
- Um dos pontos de acupuntura mais importantes, com amplo espectro de ação

Geral:

- *Distúrbios psíquicos* com estados de ansiedade e de euforia; perturbações cardíacas funcionais; distúrbios vegetativos com indisposições de caráter depressivo; irritabilidade e depressão nos casos de síndromes pré-menstruais; distúrbios do sono; déficit de memória e epilepsia.
- *Afecções no epigástrio*: gastrite, úlceras gástricas e duodenais, queixas nos casos de hérnia de hiato, enjôo, dor de estômago, refluxo de ácido, vômito (provocado pela gravidez), soluço, ação profilática e terapêutica nos casos de perturbações que ocorrem por motivo de viagens.
- *Afecções na região torácica*: dores no tórax cuja origem é cardíaca e pulmonar ou óssea e sensação de opressão (p. ex., nos casos de angina de peito ou de asma brônquica ou de neuralgia intercostal); este ponto é utilizado com freqüência para a anestesia com acupuntura nos casos de cirurgias no tórax e no epigástrio.
- *Afecções cardíacas*: taquicardia, distúrbios do ritmo cardíaco, angina de peito e palpitações.

Função Tradicional

Acalma o Coração, alivia o fogo e o calor, harmoniza o Estômago e torna o seu *Qi* contracorrente mais profundo (estanca os vômitos), regula a circulação de *Qi* no tórax e o fluxo de *Qi* do Fígado, relaxa o tórax, acalma o *Shen*-mente e alivia a dor.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores no antebraço (túnel do carpo) e no pulso; paralisia e neurite do nervo mediano; dor e contratura no cotovelo e no braço.

Patologias do tórax, estômago e coração, palpitação, opressão no peito, dispneia, angina epigastralgia náuseas e vômitos.

Localização

A 2 *tsun* proximais da prega de flexão do pulso, entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para cima.

- Localização da prega de flexão: a prega a ser utilizada é a que fica proximal ao osso pisiforme (na transição entre o rádio e a ulna, de um lado, e os ossos carpais, de outro; representação do ponto **CS-7**, p. 146); com uma ligeira flexão do pulso, a prega de flexão correspondente e os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo podem ser melhor visualizados.

1ª Forma de Localização: medir 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) em sentido proximal à prega de flexão; o ponto **CS-6** localiza-se, então, entre ambos os tendões.

2ª Forma de Localização: com o dedo indicador, palpar suavemente a partir da prega de flexão do pulso, entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo, em direção ao antebraço (portanto, em sentido proximal); o dedo acaba parando naturalmente devido ao progressivo espessamento das pregas de pele no ponto **CS-6**. O ponto **TA-5** encontra-se aproximadamente oposto ao **CS-6**.

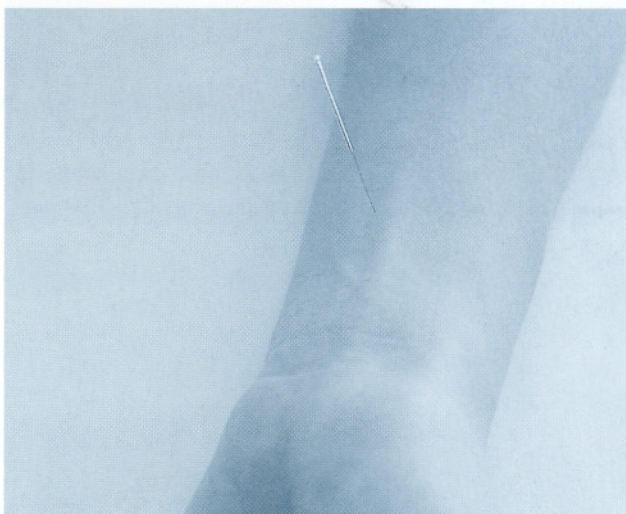
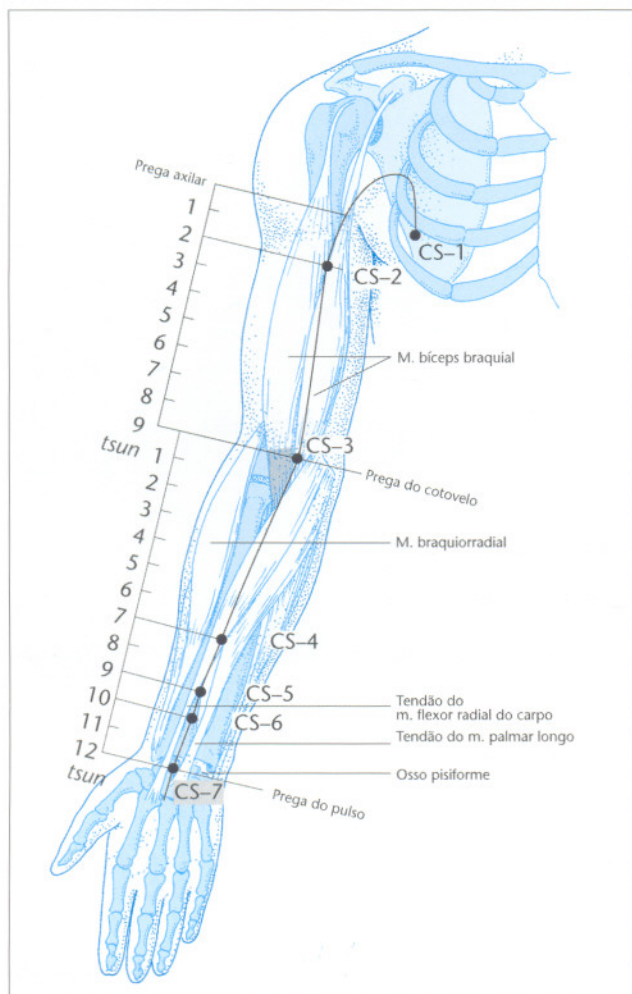
- Ambos os tendões podem ser melhor visualizados quando se apertam fortemente as pontas do polegar e do dedo mínimo uma contra a outra, e a mão é ligeiramente flexionada. Se apenas um tendão for visível, este é o tendão do músculo flexor radial do carpo.
- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.
- Para a medição proporcional exata com o *tsun* do corpo, confeccione uma fita flexível de borracha para o antebraço dividida em 12 *tsun*; os 12 *tsun* correspondem à distância entre a prega do cotovelo e a prega do pulso.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm) perpendicular (na China também é feita a perfuração até o ponto **TA-5**).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e de caráter sombrio, eventualmente com propagação até as pontas dos dedos ou até o cotovelo.

Posição da Agulha *in situ*

DALING Grande colina

Função Tradicional

Acalma o coração e o *Shen*-mente, refresca o calor, o fogo do Coração e o sangue, harmoniza o Estômago, relaxa o tórax, remove a estagnação.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: afecções na região do pulso como, por exemplo, inflamação da bainha tendínea, polineuropatia e paresias das falanges.

- **Ponto *Iu* (lago), ponto terra**
- **Ponto *Yuan***
- **Ponto de sedação**
- **Importante ponto para acalmar a psique**

Geral:

- *Distúrbios psíquicos e doenças psiquiátricas*: estados de agitação, de euforia e de ansiedade, insônia, esquizofrenia e epilepsia.
- *Queixas torácicas*: angina de peito, palpitações, dores no tórax e na região lateral das costelas e neuralgia intercostal.
- *Queixas gastrintestinais*: dor de estômago e vômitos.
- Ponto distante para os casos de dor no calcâneo.

Localização

No ponto médio da prega de flexão do pulso, entre os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para cima.

- *Localização da prega de flexão do pulso:* utilizar a prega de flexão que fica sobre a margem entre os ossos carpais e o *rádio/ulna. Para uma orientação* exata, deve-se palpar ulnarmente o osso pisiforme mais saliente, que marca a fileira proximal de ossos carpais. Na maioria das vezes, esta é a prega de flexão mais distal.
- Com uma leve flexão do pulso, a prega de flexão correspondente e os tendões dos músculos palmar longo e flexor radial do carpo podem ser melhor visualizados.
- O ponto **CS-7** localiza-se no ponto médio da prega de flexão, entre esses dois tendões.

> **!** Ambos os tendões podem ser melhor visualizados quando se apertam fortemente as pontas do polegar e do dedo mínimo uma contra a outra, e a mão é ligeiramente flexionada. Se apenas um tendão for visível, este é o tendão do músculo flexor radial do carpo.

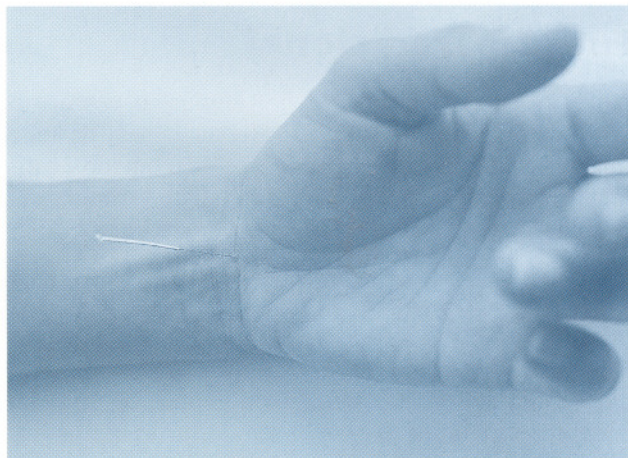
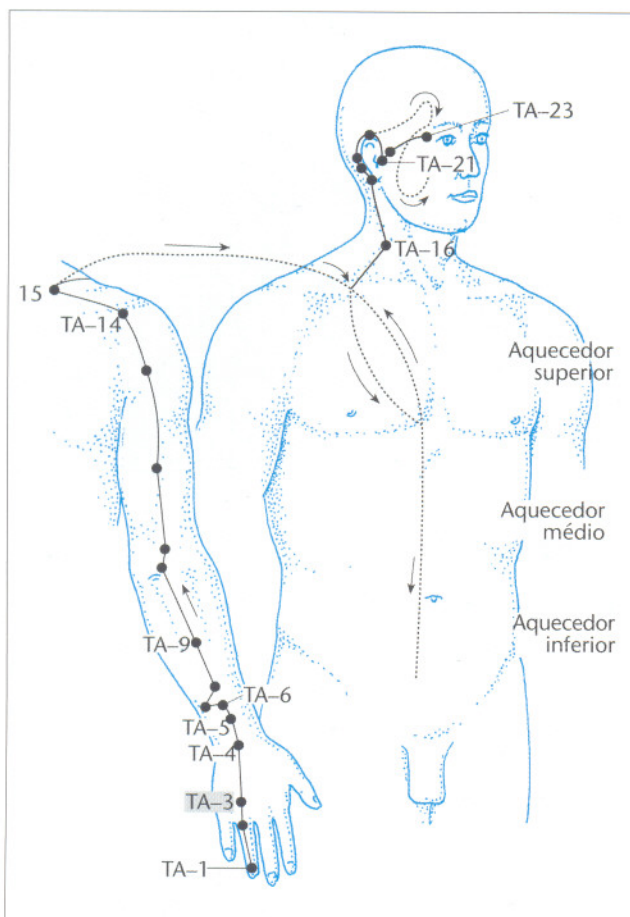
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento ou adormecimento locais e de caráter sombrio ou uma sensação eletrizante que se propaga até as pontas dos três dedos do meio.

Posição da Agulha *in situ*

ZHONGZHU Ilha no meio do rio

- **Ponto *lu* (lago), ponto madeira**
- **Ponto de tonificação**
- **Importante ponto distante nos casos de afecções auditivas**

Função Tradicional

Alivia o calor e dissipa o fogo, elimina o vento e o vento-calor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, clareia a cabeça e a visão, abre o ouvido e estimula a capacidade auditiva, regula o *Qi* e estimula sua circulação, faz circular o *Qi* estagnado do Fígado.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, paresias e polineuropatias nos membros superiores; espasmos e/ou paresias nos dedos.

Geral:

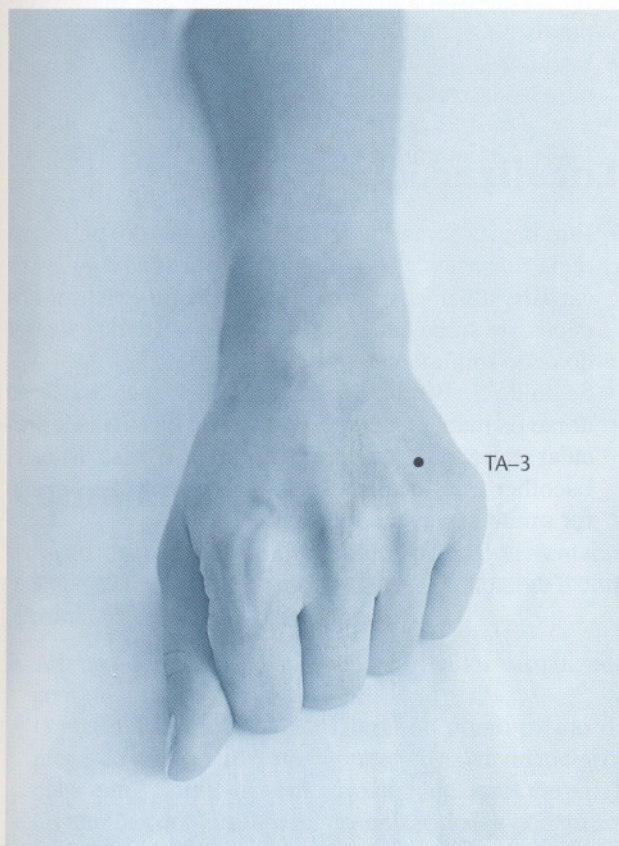
- *Afecções auditivas*: otite média (causada, por exemplo, por ataque de vento-calor), zumbido, surdez e episódios súbitos de perda da audição (provocados pelo calor e pelo fogo do Fígado).
- Cefaléia, sobretudo na região temporal; tonturas; conjuntivite.
- *Inflamações na garganta*: tonsilite, faringite e laringite.
- Constipações febris agudas (principalmente ataques de vento-calor).
- Segundo G. Maciocia: este ponto é bastante eficaz no tratamento de depressão e variações do humor (causadas pela estagnação de *Qi* no Fígado); neste caso, associado ao ponto **VG-20**.

Localização

No dorso da mão, em uma depressão entre o 4º e o 5º osso metacarpal, proximal à articulação metacarpofalângica, na altura da transição entre a cabeça e o corpo desses dois ossos metacarpais.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para baixo.

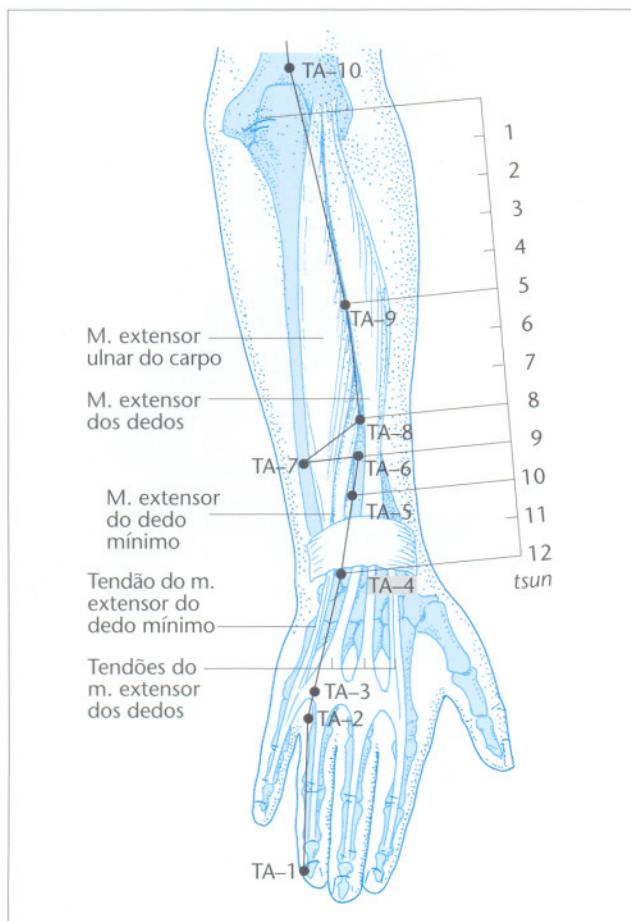
- A localização do ponto no dorso da mão fica mais fácil se esta estiver fechada.
- O ponto **TA-3** pode ser palpado entre o 4º e o 5º osso metacarpal, em uma depressão na altura da transição entre a cabeça e o corpo desses dois ossos.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, às vezes com uma sensação eletrizante que se propaga até as pontas dos dedos ou pelo antebraço ao longo do trajeto do Meridiano.

YANGCHI Lagoa de *Yang*

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Triplo Aquecedor

- Segundo G. Maciocia: este ponto, associado ao **E-42**, regula e fortalece o Estômago; a associação desses dois pontos tem aplicação, sobretudo, em pacientes extenuados para fortalecer o Baço e o Estômago e para aumentar a energia. G. Maciocia recomenda ainda que o ponto **TA-4** seja associado ao **B-64** como forma de estimular a transformação dos fluidos corporais no aquecedor inferior.
- Segundo J. Bischko: este é um ponto de influência para os casos de cefaléia vasomotora.

Localização

- Em uma depressão na prega dorsal do pulso, na região da cavidade articular entre a ulna e os ossos carpais, ulnar aos tendões do músculo extensor dos dedos, no sulco entre os tendões do músculo extensor do dedo mínimo e extensor dos dedos.
- Segundo J. Bischko, o ponto **TA-4** encontra-se no dorso da mão, na depressão ao nível da cavidade articular entre o 4º osso metacarpal e o osso hamato. Escolher esta localização nos casos em que o ponto for muito sensível à palpação.

Função Tradicional

Elimina o vento, refresca o calor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, relaxa os tendões, protege o *Qi* original (*Yuan-Qi*) no Triplo Aquecedor.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: queixas na região do ombro, do braço e, principalmente, do pulso; tendopatias.

Geral:

- Cefaléia, sobretudo dor de cabeça na região occipital causada por ataque de vento externo; surdez; conjuntivite; boca seca e vômito provocado pela gravidez.
- *Inflamações na garganta*: laringite, faringite e tonsilite (causadas pelo vento-calor).
- Ponto distante para os casos de dor nas articulações talocrural e talocalcaneonavicular.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para baixo.

- A prega dorsal do pulso pode ser melhor visualizada com uma suave flexão dorsal.
- O ponto **TA-4** localiza-se lateral ao ponto médio da prega do pulso, em uma depressão (na cavidade articular entre a ulna e a série proximal de ossos carpais).
- Os tendões do músculo extensor dos dedos podem ser melhor visualizados quando se movimentam os três dedos do meio; o ponto **TA-4** encontra-se, então, lateral a eles.

! Se a prega dorsal do pulso não ficar bastante evidente, mesmo com a flexão dorsal da mão, pode-se utilizar para orientação uma linha de união imaginária entre o processo estilóide do rádio e o processo estilóide da ulna. Essa linha deve ter direção proximal e forma ligeiramente convexa.

Punção

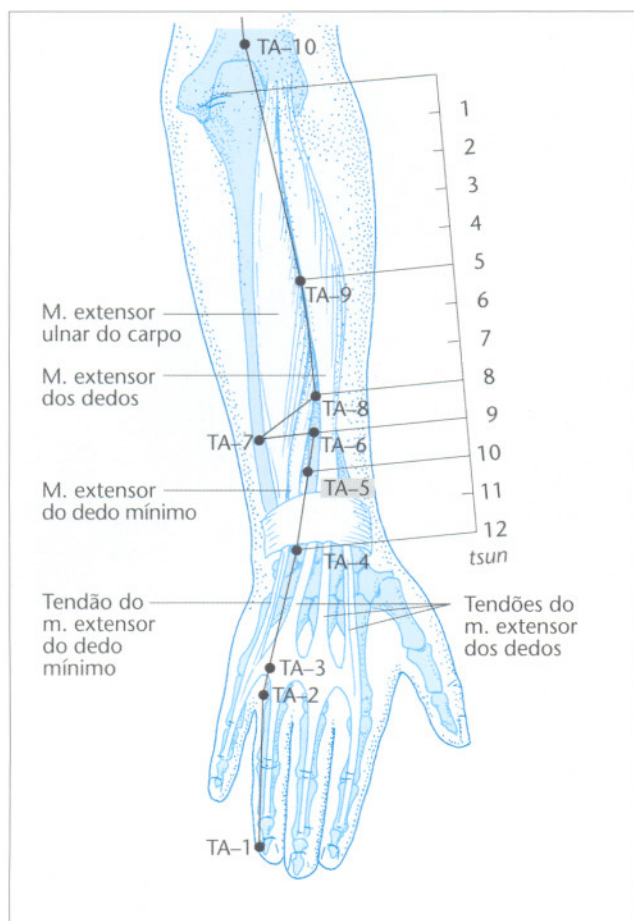
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, eventualmente com propagação para baixo até os três dedos do meio.

Posição da Agulha *in situ*

WAIGUAN Barreira externa

- **Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Triplo Aquecedor**
- **Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário *Yang Wei Mai***
- **Um ponto principal para a eliminação do vento-calor**
- **Ponto de analgesia para os membros superiores**

Função Tradicional

Dissipa os fatores externos patogênicos e abre a superfície do corpo, refresca o calor, elimina as toxinas, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, alivia as dores nos membros superiores.

Indicação

Local: artrite no pulso e nas articulações dos dedos, tremor.

Relacionada ao Meridiano: ponto distante para afecções na região da nuca e da coluna cervical, sobretudo nos casos de dificuldade em inclinar a cabeça lateralmente e de rotação, por exemplo em casos de torcicolo agudo e síndrome da coluna cervical; dores, redução da mobilidade, distúrbios da sensibilidade e paresias nos membros superiores e nos ombros.

Geral:

- *Constipações febris* com dor de garganta e pulso acelerado e superficial.
- Segundo G. Maciocia: ponto principal para a regulação da síndrome do *Shao Yang* (de acordo com o modelo dos seis Meridianos) com calafrios e febres, alternadamente, irritabilidade, dor no hipocôndrio e pulso "com sensação de corda" (segundo a concepção ocidental, isso corresponde a uma doença com estados febris).
- *Cefaléia* e enxaqueca, sobretudo na região temporal (causadas pelo aumento de *Yang* do Fígado).
- *Afecções auditivas*: infecções no ouvido (provocadas pelo ataque de vento-calor); zumbido, surdez e perda da audição (p. ex., episódios súbitos e agudos de perda da audição) causados pelo fogo do Fígado ou pelo aumento de *Yang* do Fígado.
- Parotidite, conjuntivite aguda e neuralgia do trigêmeo.
- *Dores nos músculos e nas articulações* de gênese desconhecida e, principalmente, em localizações variadas (síndrome dolorosa (*Bi*) da articulação e do músculo causada pelo ataque de vento: "vento-*Bi*"); segundo J. Bischko, o **TA-5** é o "ponto de influência para os casos de queixas reumáticas".

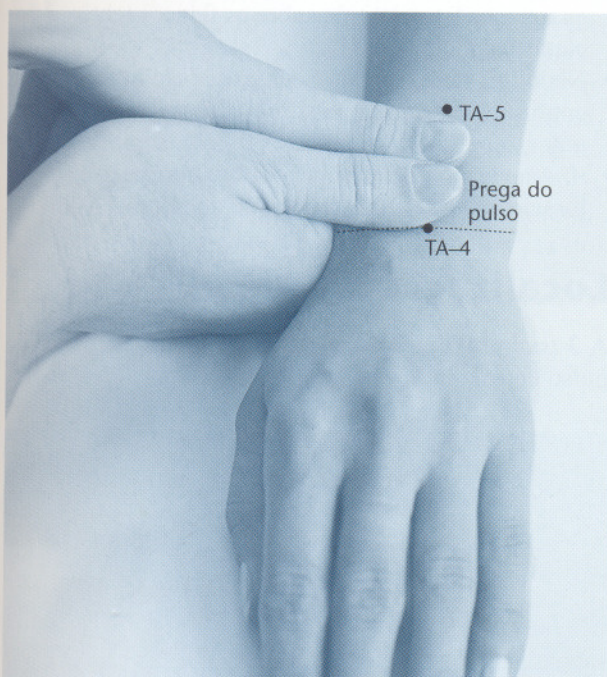
Localização

A 2 *tsun* proximais ao ponto médio da prega dorsal do pulso (acima do ponto **TA-4**), entre o rádio e a ulna.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para baixo. A prega dorsal do pulso pode ser melhor visualizada com uma suave flexão dorsal.

1ª Forma de Localização:

- A partir da prega dorsal do pulso, medir 2 *tsun* (2 larguras do polegar ou 3 dedos transversos) em sentido proximal.
- O ponto **TA-5** localiza-se, então, no ponto médio entre o rádio e a ulna.

2ª Forma de Localização:

- Com o dedo indicador, palpar suavemente a partir da prega dorsal do pulso, entre o rádio e a ulna, em direção ao antebraço (portanto, em sentido proximal). O dedo acaba parando naturalmente devido ao progressivo espessamento das pregas de pele no ponto **TA-5**.
- O ponto **CS-6** encontra-se aproximadamente oposto ao **TA-5**.

> **!** Se a prega dorsal do pulso não ficar bastante evidente, mesmo com a flexão dorsal da mão, pode-se utilizar para orientação uma linha de união imaginária entre o processo estilóide do rádio e o processo estilóide da ulna. Essa linha deve ter direção proximal e forma ligeiramente convexa.

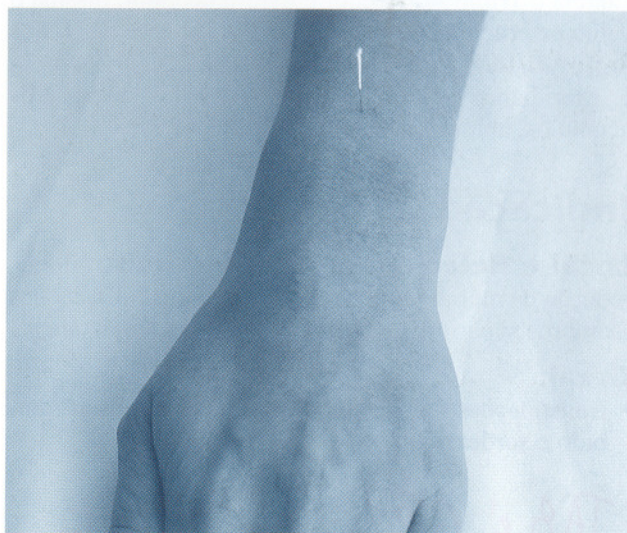
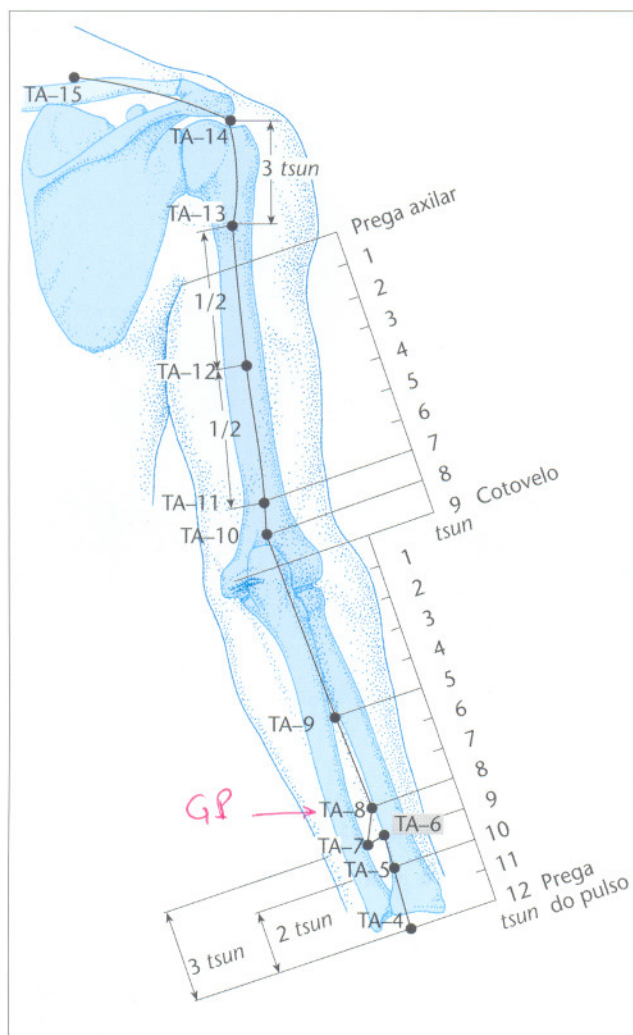
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

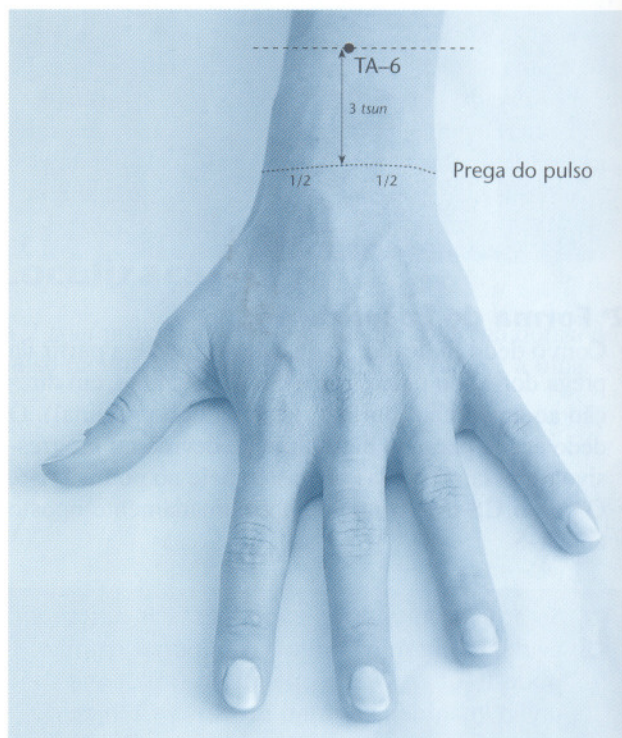
Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e de caráter sombrio, às vezes com propagação até as pontas dos dedos indicador, médio e anular.

Posição da Agulha *in situ*

ZHIGOU Canal ramificado

- Ponto *King* (rio), ponto fogo

- *Distúrbios do trato gastrintestinal* tais como vômitos, refluxo de ácido, dores no abdome e no hipocôndrio, obstipação (neste caso, associado aos pontos **E-36**, **E-25** e **BP-15**), meteorismo, colo irritável, colecistite (então, associado aos pontos **VB-34** e **VB-24**).
- Hipogalactia, neste caso associado aos pontos **E-36**, **VC-17** e **E-18**.
- *Doenças da pele* com eritema fugaz e exantema urticarial, psoriase e eczema; ponto principal para os casos de herpes zoster, principalmente quando há exantemas lateralmente sobre os flancos (então, associado ao ponto **VB-31**).
- Neuralgias intercostais e causadas pelo herpes zoster, contusões no tórax e costelas fraturadas; para aliviar a dor, o ponto **TA-6** pode ser associado ao **VB-34**.
- *Anestesia por acupuntura*, sobretudo para cirurgias torácicas; neste caso, associado ao ponto **TA-8**.

Localização

A 3 *tsun* proximais ao ponto médio da prega dorsal do pulso entre o rádio e a ulna.

Função Tradicional

Clareia o Triplo Aquecedor e livra-o do calor, dissipa o vento externo patogênico, regula a circulação de *Qi* dos órgãos *Fu*, dispersa as obstruções do Meridiano e torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, dispersa os acúmulos, abre o Intestino Grosso.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade e distúrbios da sensibilidade nos membros superiores, nos ombros e na região da nuca.

Geral:

- Constipações febris, rouquidão aguda e afonia, zumbido e surdez.

TA8 é Golden Point → Dor no peito, no braço e cotovelo, neuralgia intercostal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado, mantendo o antebraço repousado relaxadamente e com a palma da mão voltada para baixo.

- A prega dorsal do pulso pode ser melhor visualizada com uma suave flexão dorsal.
- A partir dessa prega dorsal, medir 3 *tsun* (4 dedos transversos) em sentido proximal.
- O ponto **TA-6** localiza-se no ponto médio entre o rádio e a ulna.

!

- Se a prega dorsal do pulso não ficar bastante evidente, mesmo com a flexão dorsal da mão, pode-se utilizar para orientação uma linha de união imaginária entre o processo estilóide do rádio e o processo estilóide da ulna. Essa linha deve ter direção proximal e forma ligeiramente convexa.
- Na medição com o *tsun* dos dedos, deve-se sempre igualar os dedos do terapeuta aos do paciente.

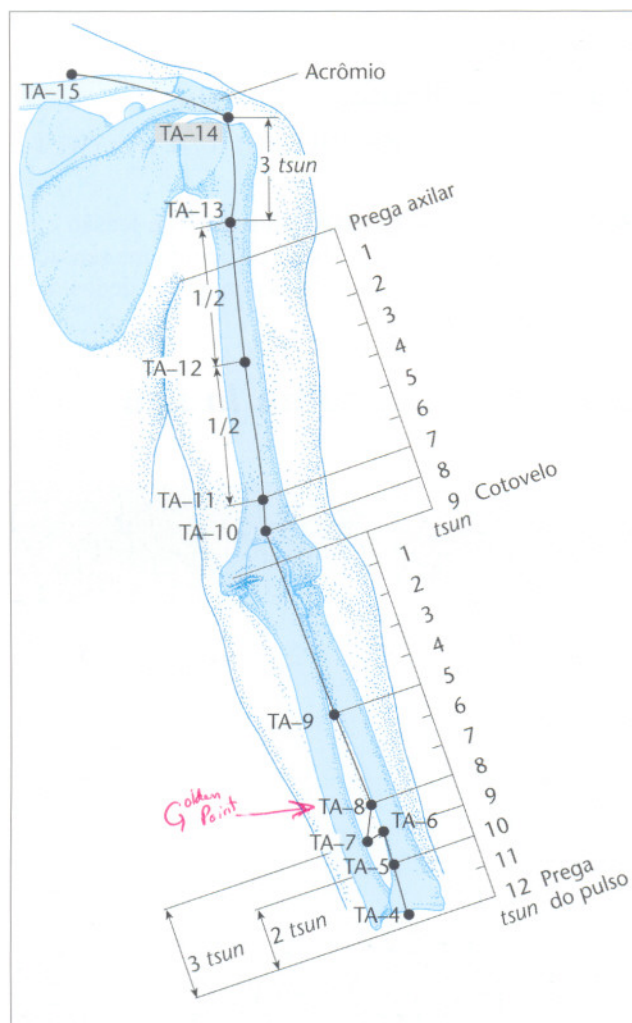
Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,7-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias ou como uma sensação eletrizante que se propaga até as pontas dos dedos indicador, médio e anular.

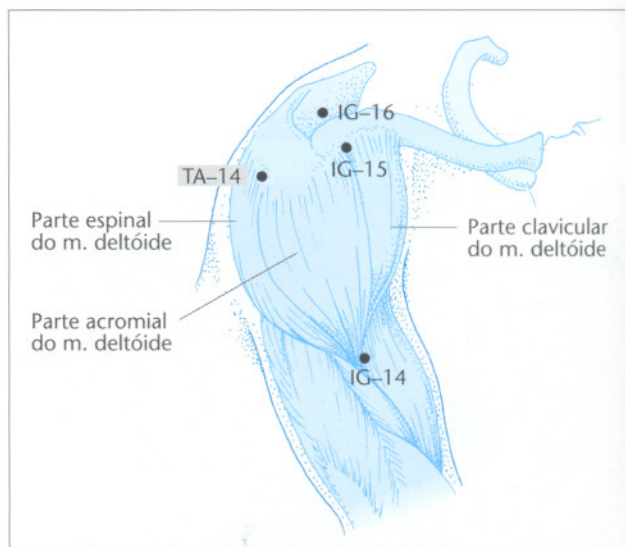
Posição da Agulha *in situ*

JIANLIAO Incisura do ombro

- Importante ponto local nos casos de queixas na região do ombro

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: redução da mobilidade e dores no ombro, principalmente quando a abdução e a rotação lateral provocam dores; inflamações tais como periartrite do ombro.

Localização

Abaixo da extremidade dorsal do acrômio, entre a parte acromial e a parte espinal do músculo deltóide ou, com o braço abduzido, na depressão posterior sobre a articulação do ombro.

Função Tradicional

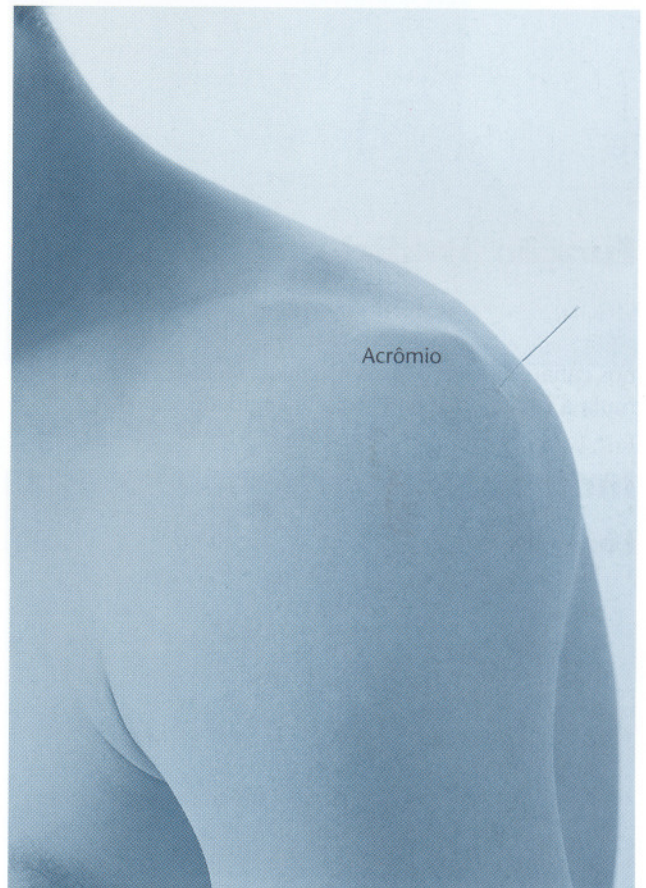
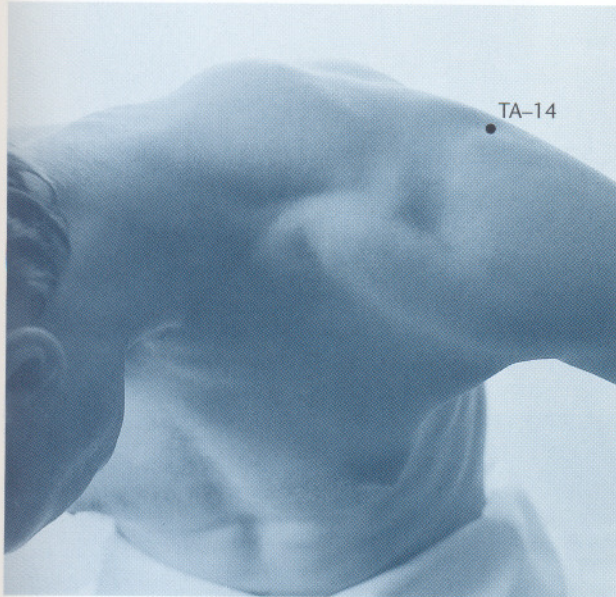
Dissipa os fatores externos patogênicos como o vento, a umidade e o frio, estimula a circulação sangüínea e de *Qi*, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, alivia as dores.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

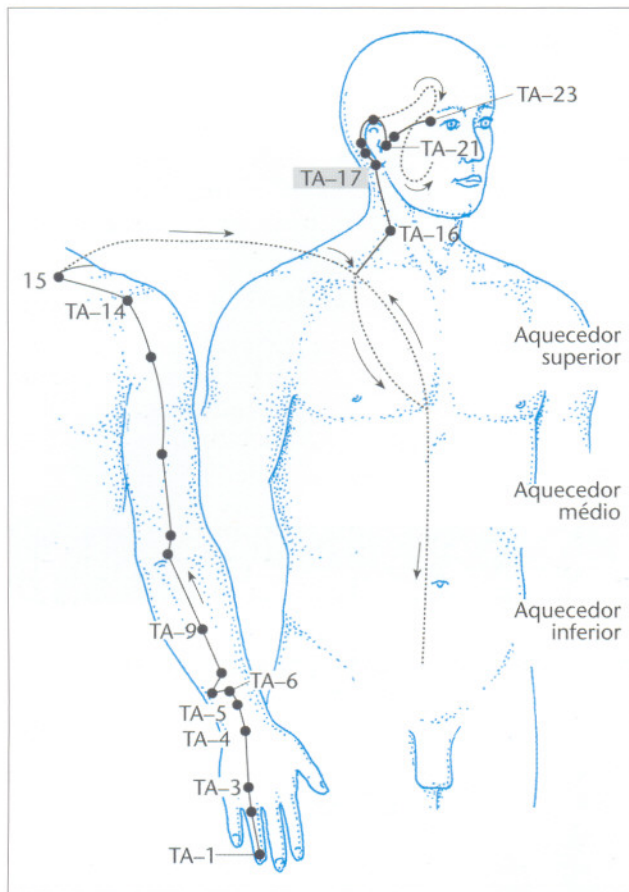
- Pedir ao paciente para que ele abduza o braço em um ângulo de aproximadamente 90º com a articulação do ombro. Ao fazer isso, formam-se duas depressões, uma anterior e outra posterior ao acrômio.
- O ponto **TA-14** localiza-se na depressão posterior, diretamente abaixo da extremidade dorsal do acrômio, entre a parte acromial e a parte espinal do músculo deltóide.

> **!**
> - A extremidade dorsal do acrômio pode ser melhor palpada se o braço estiver ligeiramente abduzido (extensão do braço). A cabeça do úmero desliza, então, para a frente.
> - O ponto **IG-15** localiza-se na região da depressão anterior.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular em direção à articulação do ombro ou oblíqua em sentido distal.

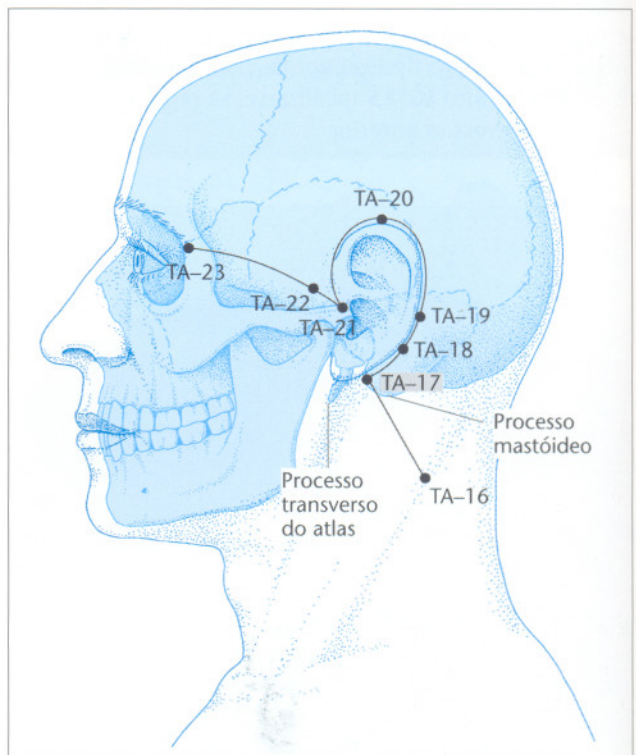
Profundidade da Picada: 0,7-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias.

YIFENG Vento escondido

- **Importante ponto local**
- **Ponto de associação com o Meridiano Principal da Vesícula Biliar**

Localização

Com a boca ligeiramente aberta, em uma depressão atrás do lóbulo da orelha, no ponto médio do segmento entre a extremidade do processo mastóideo e a mandíbula.

Atenção: este ponto encontra-se próximo ao nervo facial e à glândula parótida.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico, alivia e elimina o calor, estimula o fluxo sangüíneo de *Qi* nos Meridianos, nos canais da rede e torna os canais da rede fluentes, estimula a capacidade auditiva e a acuidade visual.

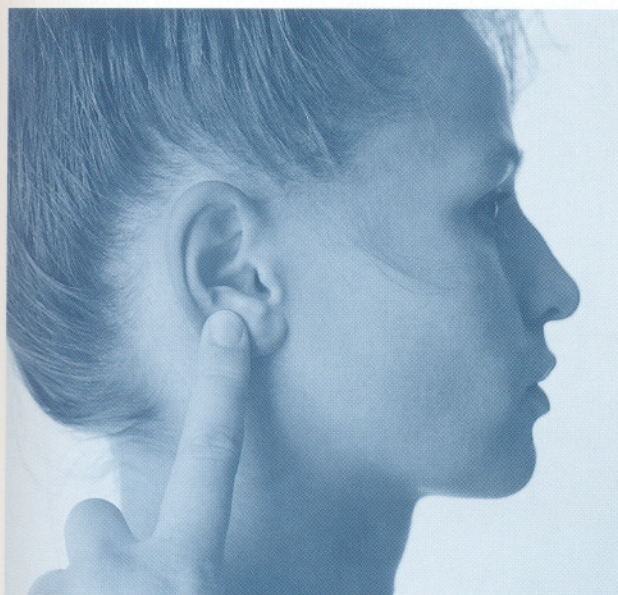
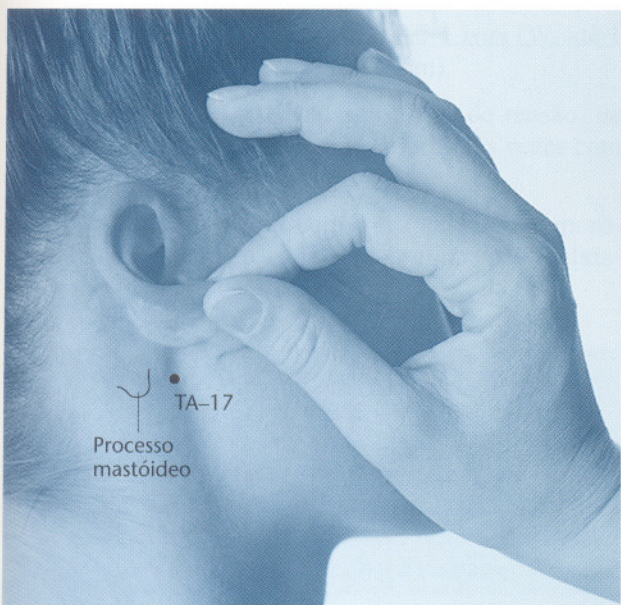
Indicação

Local e Geral:

- *Afecções auditivas*: infecções no ouvido (p. ex., otite média causada por ataque de vento-calor), zumbido e episódios súbitos de perda da audição (provocados pelo aumento de *Yang* do Fígado ou pelo fogo do Fígado).
- Parotidite, trismo e artrite na articulação temporomandibular.
- *Afecções neurológicas*: paresia facial (neste caso, inserir a agulha profundamente) e neuralgia do trigêmeo.
- *Afecções oculares*.

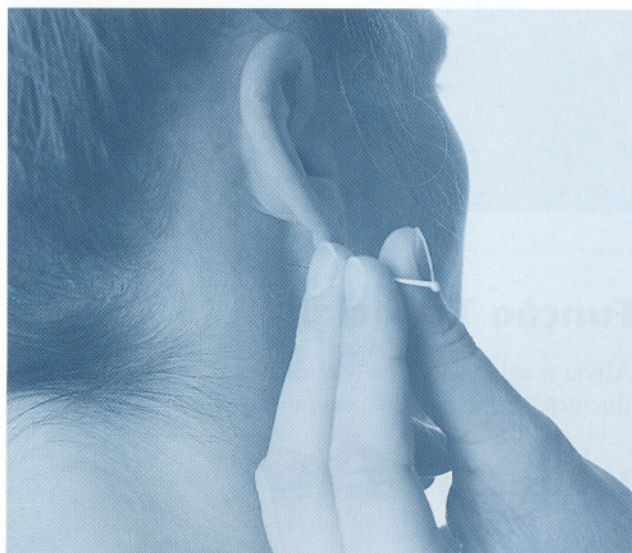
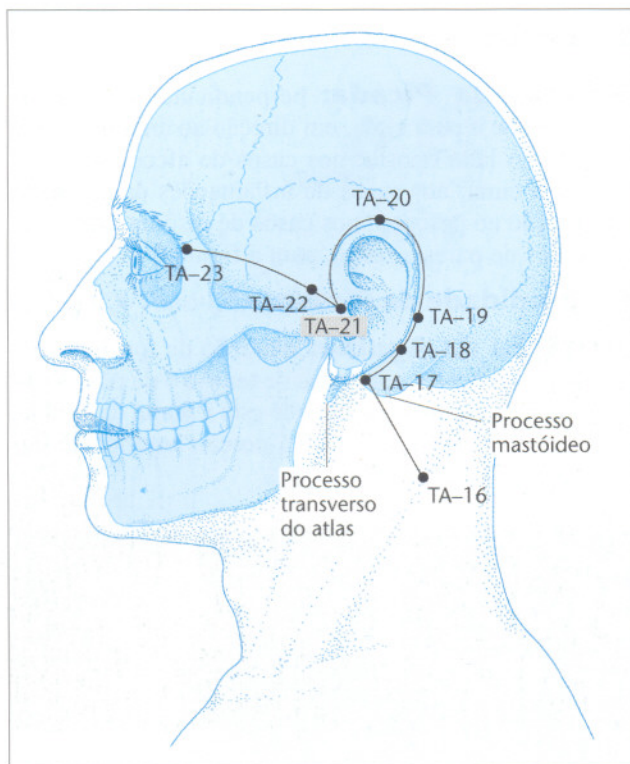
Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal, lateral ou sentado; a boca deve ficar ligeiramente aberta.

1ª Forma de Localização: pressionando-se o lóbulo da orelha, este toca o ponto **TA-17**.

2ª Forma de Localização: para melhor orientação, dobrar a orelha para a frente; atrás do lóbulo desta, entre a mandíbula e o processo mastóideo, pode-se palpar uma depressão que, em geral, é bastante sensível ao toque.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua para a frente e para cima, em direção ao ângulo medial do olho do lado oposto; nos casos de afecções auditivas, para cima; nos casos de inflamações da garganta, em direção ao pescoço; nos casos de insônia, para trás; nos casos de paresia facial, para a frente.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensação de formigamento, adormecimento, sensações de tensão e de peso sombrias na direção do lugar em que está a ponta da agulha, às vezes com propagação até a porção anterior da língua ou em direção ao pescoço.

Posição da Agulha *in situ*

TA-21 ERMEN Porta da orelha

Função Tradicional

Alivia o calor, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, abre o ouvido e estimula a capacidade auditiva.

Indicação

Local e Geral:

- *Afecções auditivas*: por exemplo zumbido, surdez, otite média, doença de Menière.
- Dores na articulação temporomandibular, problemas maxilares ortopédicos e dor de dente.
- Cefaléia.
- Ponto de influência europeu: "portão do ouvido".

- **Importante ponto local nos casos de afecções auditivas**

Localização

Com a boca ligeiramente aberta, em uma depressão em frente ao trago, na altura da incisura anterior da orelha e logo acima do processo condilar da mandíbula.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou lateral ou sentado; a boca deve ficar ligeiramente aberta.

- Palpar a depressão localizada em frente ao trago, na altura da incisura anterior da orelha.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua para baixo, neste caso o paciente mantém a boca ligeiramente aberta; ou do ponto **TA-21** ao **VB-2**, subcutânea transversal para baixo (inserção tangencial).

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: até 1 cm), subcutânea até 1,5 *tsun* (até 2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de peso, de formigamento locais e sombrias, às vezes com propagação pela parte lateral da face.

Atenção: tenha cuidado com a articulação temporomandibular. Não insira a agulha com muita profundidade devido à artéria carótida interna.

!

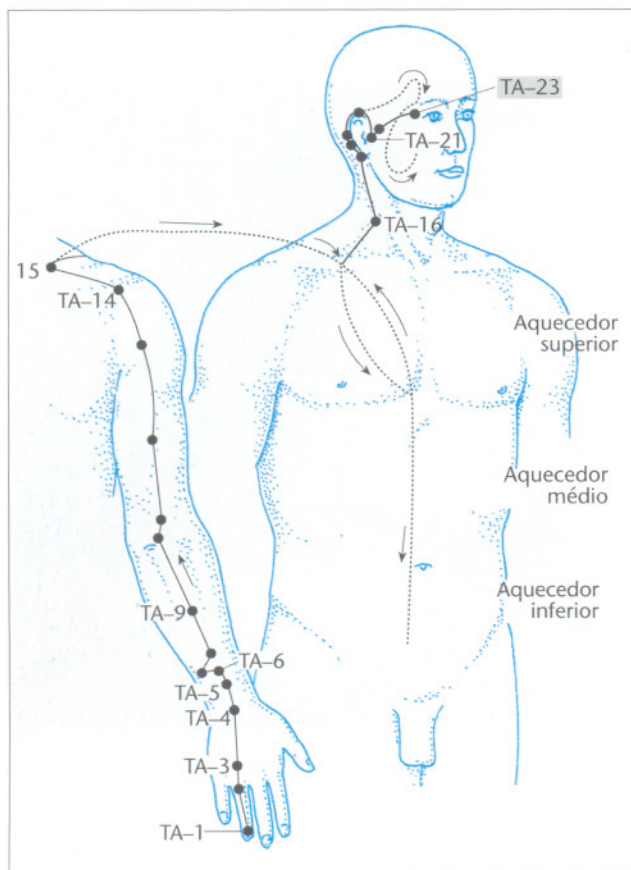
- Para evitar que a articulação temporomandibular seja puncionada, peça ao paciente para que ele mantenha a boca ligeiramente aberta. Depois da inserção bem-sucedida da agulha, peça a ele que a feche outra vez.
- Quando for inserir a agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

TA-23 SIZHUKONG Orifício do bambu de seda

Função Tradicional

Elimina o vento e o calor da cabeça e da face, fortalece a visão, alivia as dores.

Indicação

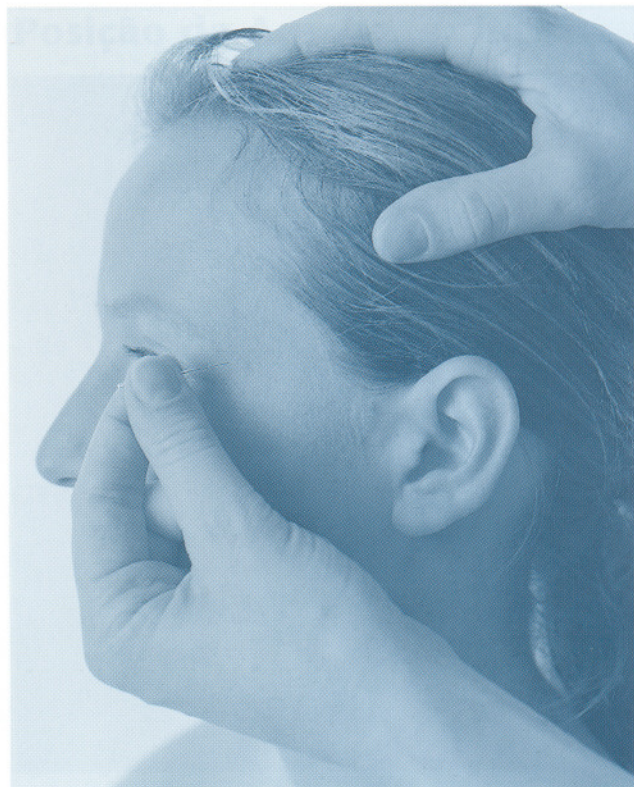
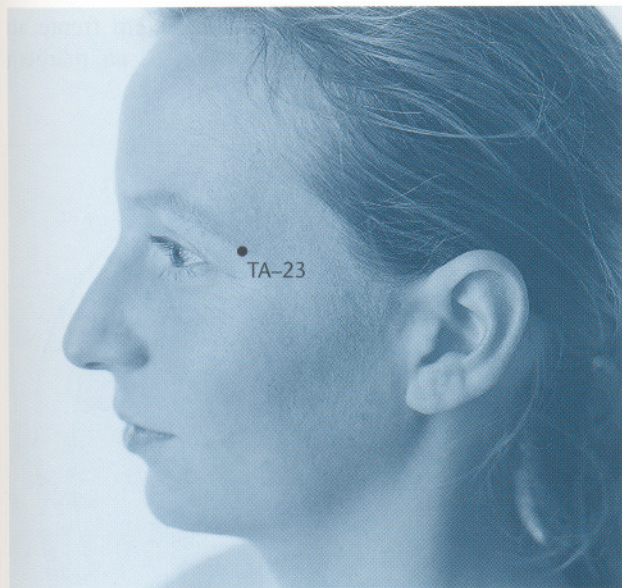
- *Cefaléias*, sobretudo na região do ângulo lateral do olho.
- *Afecções oculares* como, por exemplo, conjuntivite aguda.
- Paresia facial e tique (sobretudo nas pálpebras).

- Importante ponto local

Localização

Em uma depressão na extremidade lateral do supercílio; este ponto encontra-se em um pequeno sulco ósseo, a sutura frontozigomática, entre os ossos frontal e zigomático.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a extremidade lateral do supercílio.
- Palpar a depressão localizada nesta extremidade.

Punção

Direção da Picada: oblíqua ou subcutânea superficial para trás, em direção ao ponto **Ex-CP-5** (*Taiyang*); na China também se faz a inserção subcutânea ao longo do supercílio até o ponto **Ex-CP-4** (*Yuyao*, localizado no ponto médio do supercílio); quando for inserir a agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

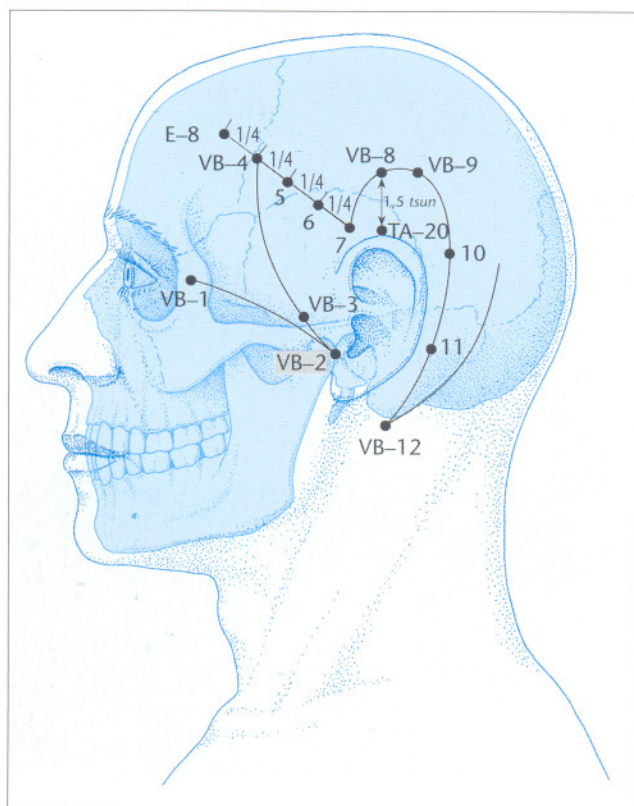
Sensação da Agulha: sensação de tensão local e de caráter sombrio.

Posição da Agulha *in situ*

VB-2 TINGHUI Reunião da audição

- Importante ponto local nos casos de afecções auditivas

Localização

Com a boca aberta, em uma depressão em frente ao trago, na altura da incisura intertrágica, na margem inferior do processo condilar da mandíbula.

Função Tradicional

Elimina o vento e o vento-calor, alivia o calor do ouvido, dispersa as obstruções do Meridiano e dos canais da rede e torna-os fluentes, abre o ouvido e estimula a capacidade auditiva, protege a articulação temporomandibular.

Indicação

Local e Geral:

- *Afecções auditivas* como, por exemplo, otite média (causada pelo vento-calor), zumbido, surdez, episódios súbitos de perda da audição, doença de Menière (provocada pelo aumento de fogo ou de *Yang* do Fígado) e enxaqueca.
- Paresia facial.
- Dor de dente, dores e artrite na articulação temporomandibular e problemas maxilares ortopédicos.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; a boca deve ser mantida ligeiramente aberta.

- Palpar a depressão localizada em frente ao trago, na altura da incisura intertrágica.

Punção

Direção da Picada: perpendicular, com a boca ligeiramente aberta, assim não existe o risco de uma inserção intra-articular (depois disso, a boca pode ser novamente fechada); quando for inserir a agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento locais e sombrias.

Atenção: cuidado com a articulação temporomandibular.

Posição da Agulha *in situ*

dessintoxicação alcoolica em direção a boca

cefaleia Shao yang

VB-8 SHUAIGU Limite do vale

- Ponto de associação com o Meridiano da Bexiga
- Importante ponto local

Indicação

Local:

- *Afecções auditivas*: zumbido e episódios súbitos e agudos de perda da audição causados pelo aumento de *Yang* do Fígado.
- Hemicrania, enxaqueca (neste caso, inserir a agulha posteriormente), cefalalgia (parietal e temporal).

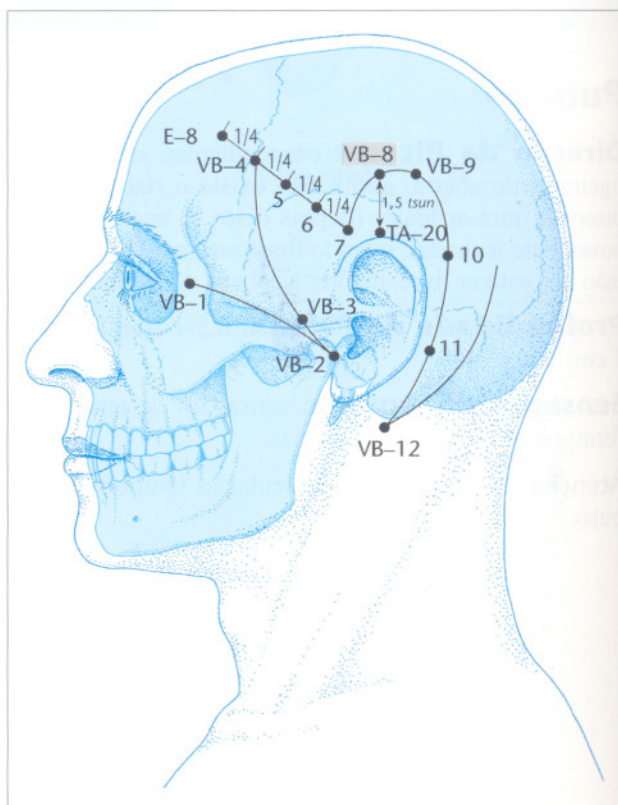
Geral:

- Tonturas, visão desfocada nos casos de tontura (inserir a agulha anteriormente).
- *Afecções oculares*: por exemplo, conjuntivite.

Localização

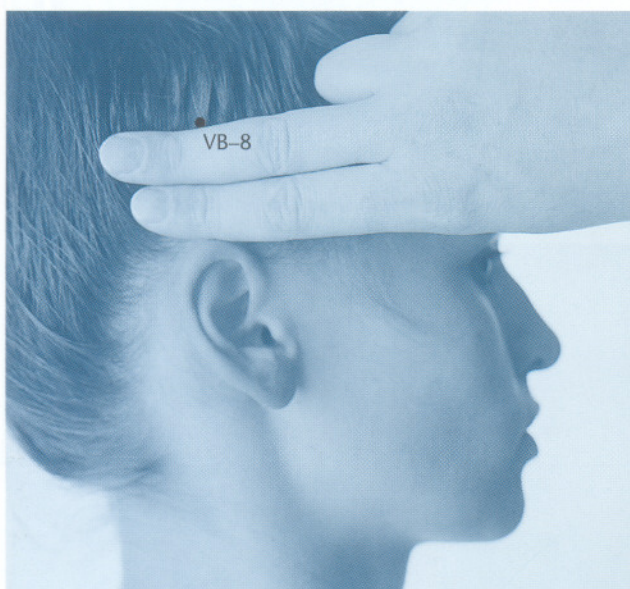
A 1,5 *tsun* perpendicularmente acima da extremidade superior da hélice da orelha, em uma depressão na margem superior do músculo temporal.

Função Tradicional

Elimina o vento, torna os canais da rede fluentes, protege o ouvido, alivia a dor.

Como Encontrar

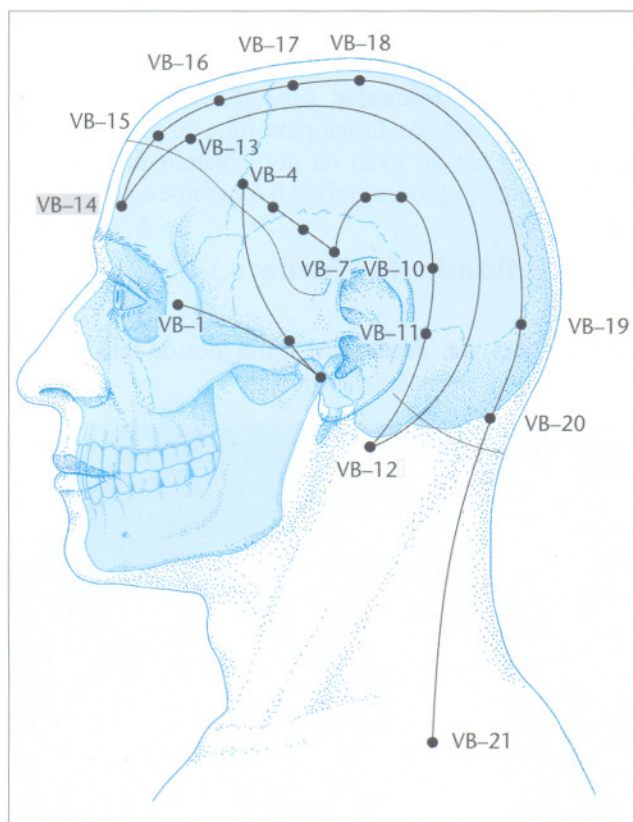
Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a extremidade superior da hélice da orelha; a partir daí, medir 1,5 *tsun* (2 dedos transversos) para cima.
- O dedo que está palpando desliza, então, até uma depressão que, com freqüência, é sensível ao toque.

! Quando o paciente morde, o movimento do músculo temporal no local onde se situa o ponto **VB-8** pode ser melhor palpado.

Punção

Direção da Picada: subcutânea transversal, na maioria das vezes da frente para trás, ou também oblíqua em direção ao local da dor; quando for inserir a agulha, com a mão que estiver livre manter a cabeça do paciente fixa.

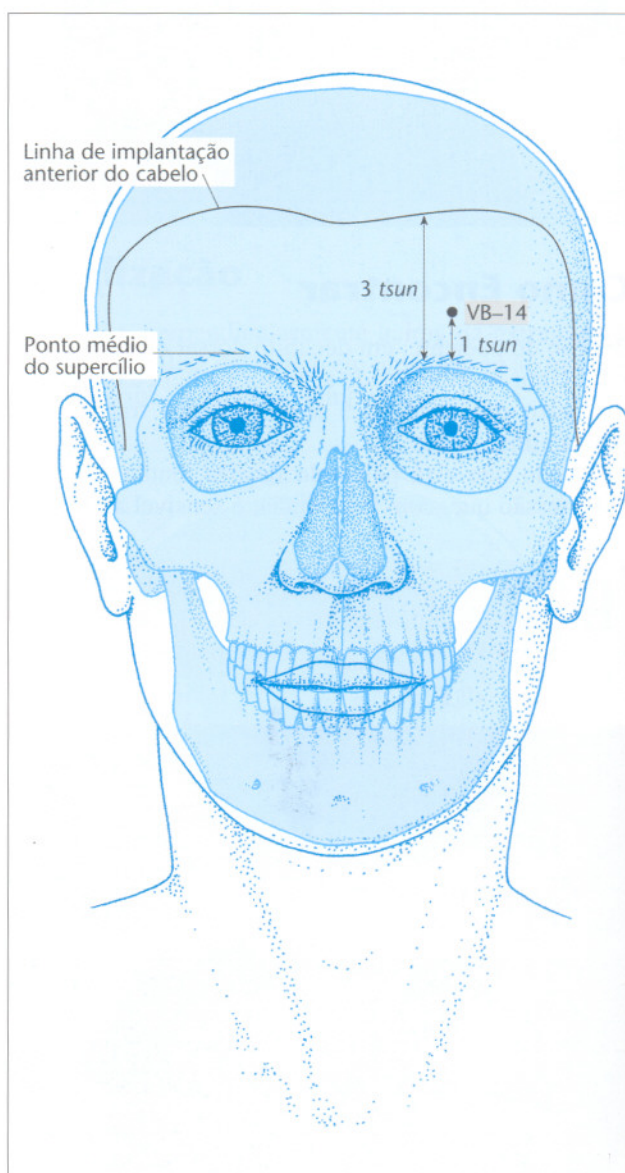
Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso no local e de caráter sombrio.

Posição da Agulha *in situ*

VB-14 YANGBAI *Yang* claro

- Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Yang Wei Mai*
- Importante ponto local

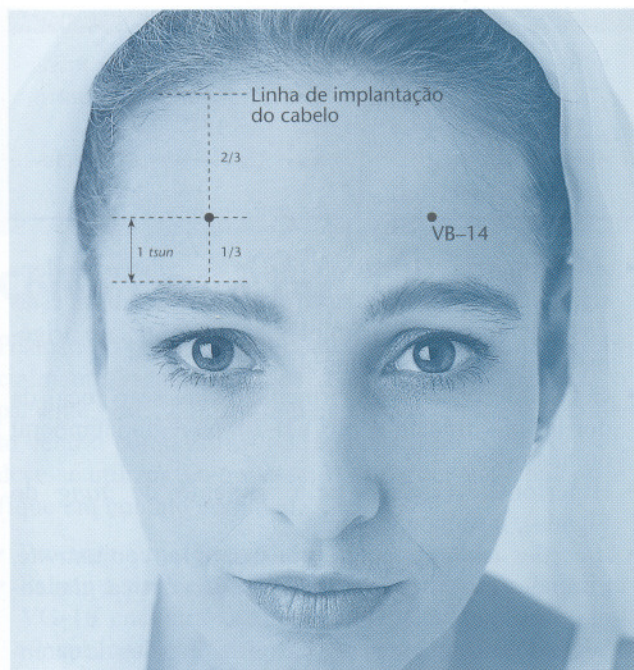
Localização

Diretamente acima da pupila, quando se mantém o olhar fixo em um ponto à frente, a 1 *tsun* (1 largura do polegar) acima do ponto médio do supercílio.

Função Tradicional

Elimina o vento externo patogênico e o vento-calor, refresca o calor, abre a visão e estimula a acuidade visual, regula a circulação sangüínea e de *Qi* na região da testa e dos olhos, alivia a dor, elimina o espasmo.

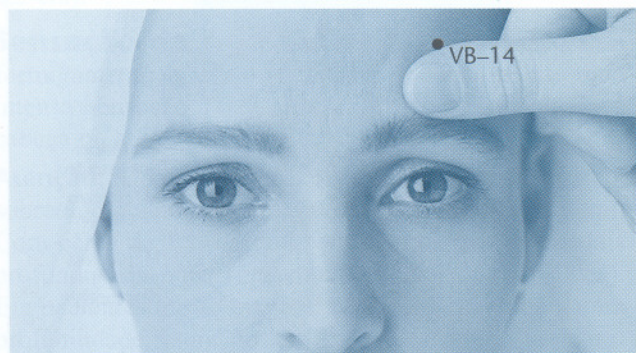
Indicação

Local e Geral:

- *Afecções oculares*: cegueira noturna, conjuntivite, glaucoma e intenso lacrimejamento quando há vento.
- *Afecções neurológicas na face*: neuralgia do primeiro ramo do trigêmeo, paresia facial (nos casos de incapacidade de franzir a testa) e tique facial (espasmo palpebral) neuralgia supra-orbital.
- *Cefaléias na região frontal*, "atrás dos olhos", junto aos supercílios e acima destes e na região do ângulo lateral do olho (cefaléia *Yangming*).
- Sinusite frontal.
- Segundo J. Bischko: este é um ponto de teste para as afecções da Vesícula Biliar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

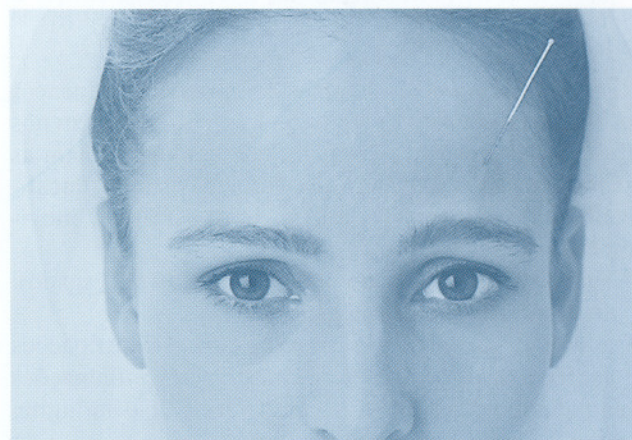
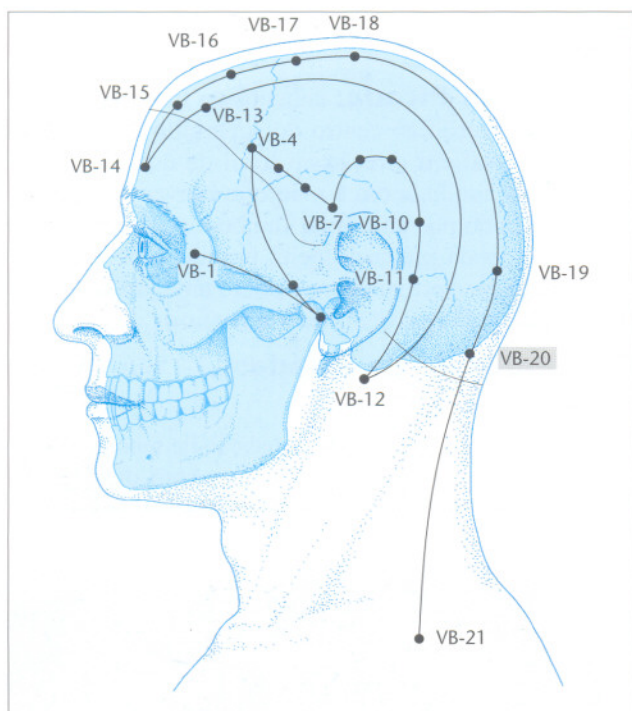
- Pedir ao paciente para que ele fixe o olhar em um ponto à sua frente.
- Sobre a testa, medir 1 *tsun* (1 largura do polegar) acima do ponto médio do supercílio.
- O ponto **VB-14** localiza-se, então, perpendicularmente acima da pupila, quando se mantém o olhar fixo em um ponto à frente.

> **!**
> - A distância total do trecho entre o ponto médio do supercílio e a linha de implantação anterior do cabelo é de 3 *tsun*. O ponto **VB-14** localiza-se no primeiro terço deste trecho.
> - Em pessoas carecas, a linha original de implantação anterior do cabelo fica evidente ao se franzir a testa.

Punção

Direção da Picada: subcutânea transversal para baixo, em direção ao centro do supercílio ou subcutânea transversal em direção ao local da dor. Durante a inserção da agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa. Também pode ser aplicado o método da prega de pele: usando o polegar e o dedo indicador, formar sobre o ponto uma prega de pele e inserir a agulha verticalmente a partir de cima.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria na região da testa, às vezes com propagação até o alto da cabeça ou até as pálpebras.

Posição da Agulha *in situ*

Função Tradicional

Elimina o vento interno e externo, apazigua o crescente *Yang* do Fígado, refresca e elimina o fogo do Fígado e o calor, harmoniza o *Qi* e o sangue, sobretudo na cabeça, relaxa os músculos e os tendões, dispersa as obstruções do Meridiano e dos canais da rede e torna-os fluentes, clareia a mente e liberta os sentidos (abrindo-os), estimula a capacidade auditiva e a acuidade visual. A inserção tonificante fortalece a medula e nutre o cérebro.

Indicação

Local: dor na nuca e na região occipital da cabeça, síndrome cervicobraquial, contrações da musculatura na região da articulação da cabeça e bloqueio dessa articulação.

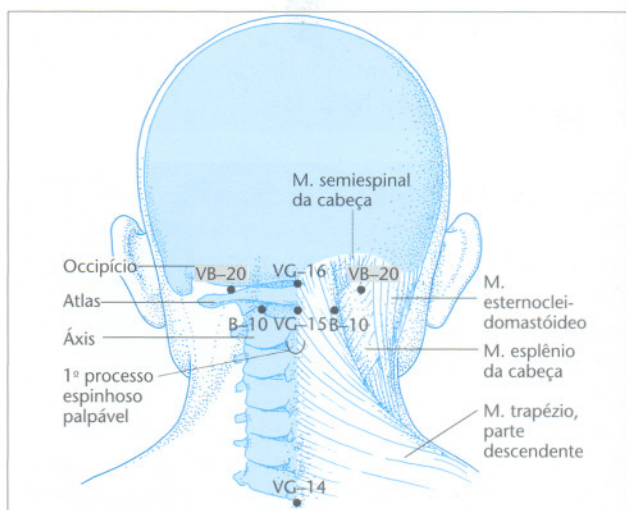
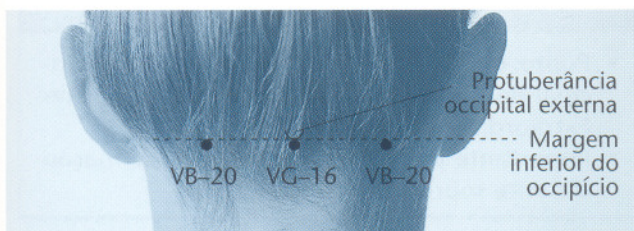
Geral: este ponto tem aplicação em todas as doenças causadas pelo "vento externo ou interno" e também nos distúrbios "provocados pelo vento" que apresentam as seguintes características: acometimento súbito, localização e/ou intensidade das queixas variáveis, movimento involuntário.

- *Afecções causadas pelo vento interno* (do Fígado): tonturas, tremor, tiques e parestesias.
- *Afecções causadas pelo vento externo*: constipações febris agudas, rinite alérgica, sinusite; inflamações agudas na garganta tais como faringite e laringite; alergias e paresia facial periférica.

- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Triplo Aquecedor e com o Meridiano Extraordinário *Yang Wei Mai***
- **Ponto principal nos casos de "doenças causadas pelo vento"**

- *Afecções neurológicas na região da cabeça*: epilepsia, distúrbios da circulação sangüínea cerebral; estados pós-apoplexia, hemiplegia; neuralgia do trigêmeo e paresia facial central.
- Cefaléia e enxaqueca, principalmente se o local da dor for próximo ao ponto **VB-20**, na região temporal ou nos olhos.
- Hipertônus (causado pelo aumento de *Yang* do Fígado), insônia e tonturas.
- *Afecções oculares* como, por exemplo, conjuntivite, visão desfocada, catarata, irite, atrofia óptica, glaucoma e miopia.
- Segundo G. Maciocia: nos casos de "estados de carência do mar da medula" com sintomas como tonturas, problemas de memória e déficit de concentração.
- Segundo J. Bischko: este é um "*ponto de influência do sistema simpático*" nos casos de reações exacerbadas do sistema nervoso simpático (p. ex., hipertônus, tonturas, má regulação vegetativa e enxaqueca).
- Segundo Richter/Beche: este ponto é utilizado em associação com o **TA-17** nos casos de bloqueio do atlas.

Localização

Na margem inferior do occipício, em uma depressão entre as inserções dos músculos esternocleidomastóideo e trapézio. Quando se bate no ponto **VB-20**, sente-se ressoar na orelha.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado. Após a inserção da agulha, o paciente pode, cuidadosamente, ficar tanto em decúbito ventral como dorsal ou lateral. Em decúbito dorsal, deve-se utilizar um travesseiro de forma que a nuca não fique em contato com nada.

- Procurar a margem inferior do occipício.
- Palpar a partir da linha mediana posterior (o ponto **VG-16** encontra-se diretamente abaixo da protuberância occipital externa), acima da protuberância muscular da inserção do músculo trapézio e lateralmente até uma depressão localizada atrás da inserção do músculo esternocleidomastóideo. O ponto **VB-20** localiza-se aí.

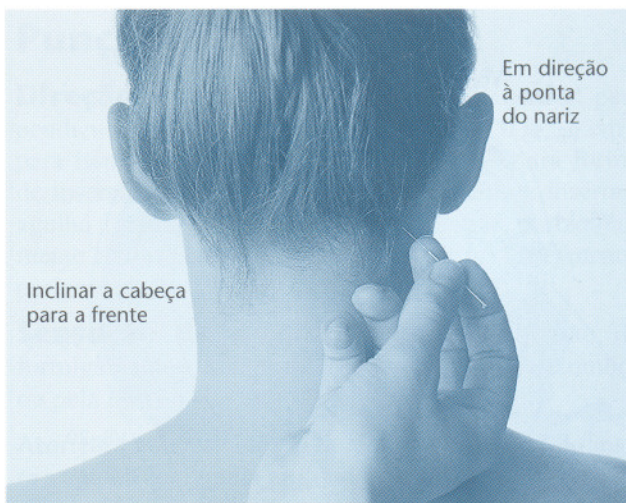
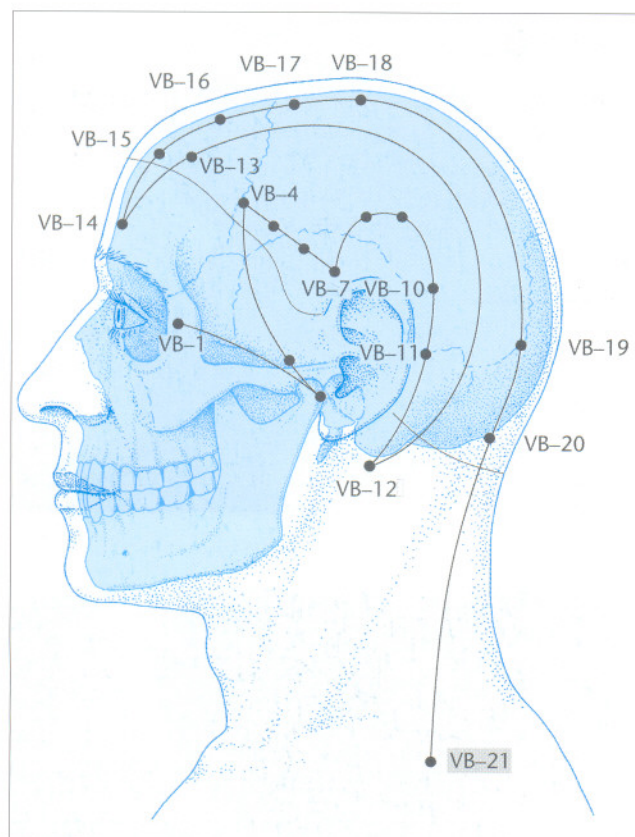
O ponto **VB-20** localiza-se em um ângulo de aproximadamente 45° em relação ao ponto **B-10** e um pouco mais lateral e cranialmente.

Punção

Direção da Picada: em direção à ponta do nariz, com a extremidade da agulha ligeiramente rebaixada (menos perigosa) ou em direção à órbita contralateral, com a cabeça inclinada para a frente (ambas as formas são comuns na China); durante a inserção da agulha, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

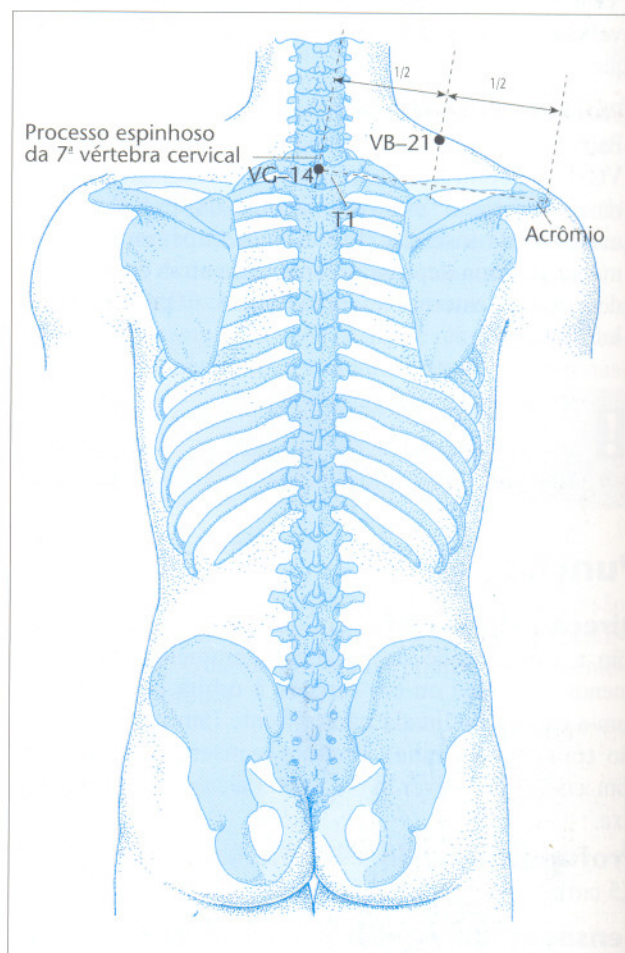
Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrios, freqüentemente uma intensa sensação *Te-Qi* que se propaga sobre toda a cabeça ou até os olhos.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade, sobretudo quando for em direção à órbita contralateral. Com cerca de 1 *tsun*, já se atingem os músculos mais profundos da nuca (músculo semiespinal da cabeça). Em pacientes muito magros, não insira a agulha a uma profundidade maior do que 2,5 cm (a artéria vertebral fica a cerca de 4 cm de profundidade).

Posição da Agulha *in situ*

JIANJING Nascente do pescoço

- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Triplo Aquecedor e com o Meridiano Extraordinário *Yang Wei Mai*
- Importante ponto local do ombro, com ação distante sobre a região uterina

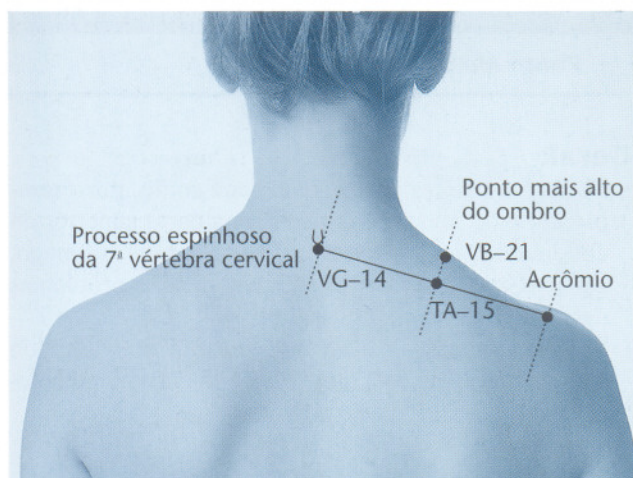
Localização

Sobre o ponto mais alto do ombro, na altura do ponto médio entre o processo espinhoso da 7ª vértebra cervical (**VG-14**) e o acrômio.

Função Tradicional

Dispersa as obstruções do Meridiano e dos canais da rede e torna-os fluentes, relaxa os tendões e os ligamentos, alivia a dor, elimina o calor, torna o *Qi* mais profundo, estimula as contrações e a galactorréia.

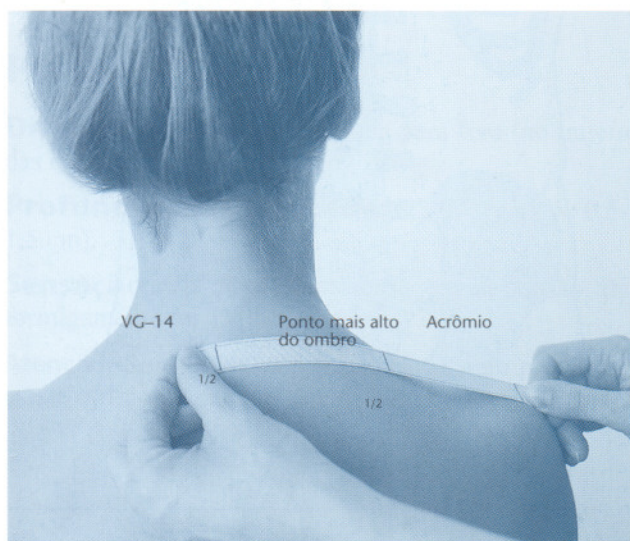
Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: este ponto é, com freqüência, o ponto-gatilho (*Trigger point*) da região do ombro; dores, distúrbios funcionais e miogeloses na região do ombro e da nuca; torcicolo; distúrbios funcionais das articulações das costelas.

Geral:
- Cefaléia e cervicobraquialgia.
- *Na Obstetrícia* ("torna o *Qi* mais profundo") nos casos de aborto iminente e para facilitar o parto; além disso, nos casos de trabalho de parto prolongado, de placenta retida, de sangramento pós-parto e de mastite e para estimular a lactação em mães que estão amamentando.
- Segundo B. Kirschbaum: este ponto é utilizado em acessos agudos de asma para tornar o *Qi* do Pulmão mais profundo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado, com os braços pendendo ao lado do corpo.

- Marcar a linha de união entre o ponto **VG-14** (abaixo da margem inferior do processo espinhoso da 7ª vértebra cervical) e o acrômio.
- O ponto **VB-21** localiza-se no ponto médio dessa linha de união, na altura do ponto mais alto do ombro.

> **!**
> - O ponto **VB-21** é, com freqüência, sensível à palpação e serve de ponto-gatilho (*Trigger point*) nos casos de distúrbios funcionais das articulações das costelas.
> - Para a divisão proporcional do trecho em questão, utilize uma fita de borracha flexível.

Punção

Direção e Profundidade da Picada: perpendicular, com cerca de 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,8-1,3 cm); para isso formar uma prega no músculo. Outra forma de inserção: formar uma prega no músculo e inserir a agulha a partir da parte da frente ou de trás, horizontalmente e com cerca de 1 *tsun* (cerca de 1,3 cm) (menos perigosa).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento e sombrias com propagação pelo ombro ou pela porção superior das costas.

Atenção: contra-indicado durante a gravidez! Não insira a agulha com muita profundidade quando a direção da picada for perpendicular, sobretudo em pacientes astênicos ou enfisemáticos devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

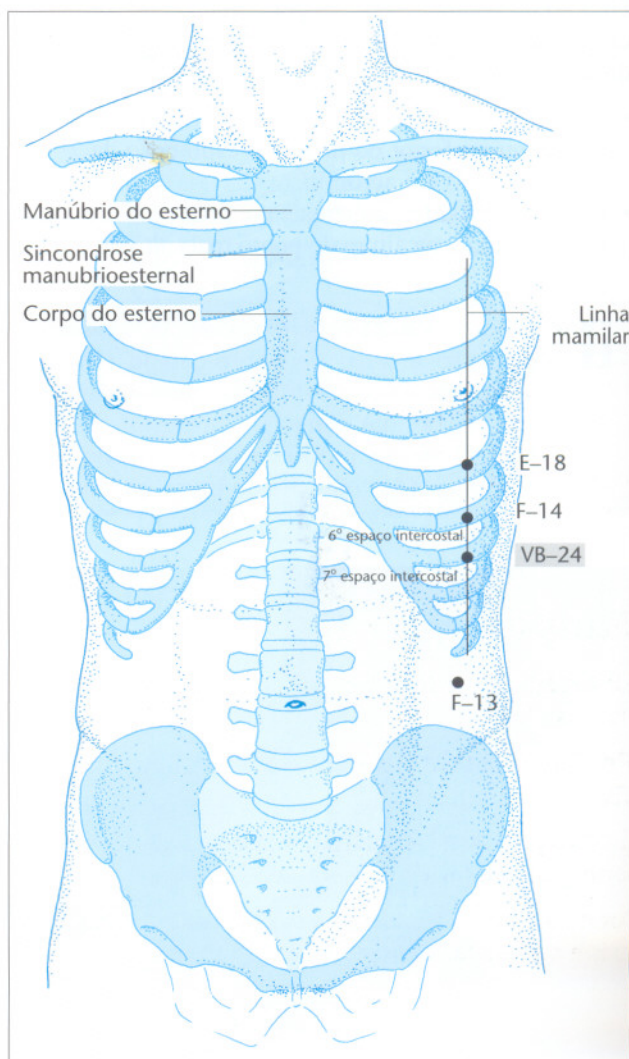
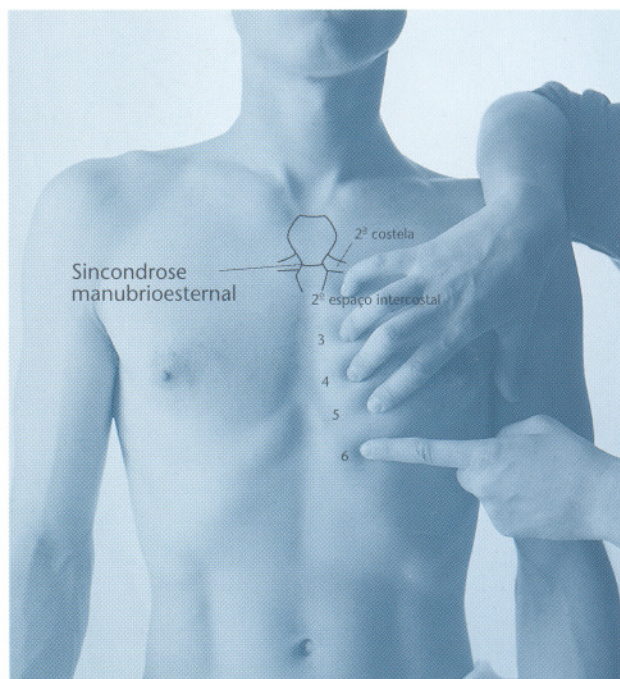
RIYUE Sol e lua

- Ponto *Mo* da Vesícula Biliar

Geral:

- *Distúrbios do trato gastrintestinal* como, por exemplo, dores e sensação de tensão na parte superior do abdome, soluço, vômitos, refluxo, dor de estômago, gastrite, úlceras gástricas e duodenais e problemas de digestão.
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* (sobretudo quando causadas pela umidade-calor) tais como colecistite, colecistolitíase e hepatite.

Localização

No 7º espaço intercostal, na linha mamilar.

Função Tradicional

Regula o Fígado e a Vesícula Biliar, estimula o livre fluxo de *Qi* do Fígado, elimina a umidade-calor, harmoniza o aquecedor médio.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* da Vesícula Biliar, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de distúrbios hepáticos e da vesícula biliar.

Local: neuralgia intercostal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Orientação na região intercostal: palpar a transição entre o manúbrio e o corpo do esterno (sincondrose manubrioesternal); lateral a esta região, encontra-se a inserção da 2ª costela.
- O espaço intercostal abaixo dela é o 2º espaço intercostal; a partir deste, ir contando os espaços intercostais até chegar no 7º.
- O ponto **VB-24** localiza-se no 7º espaço intercostal, na linha mamilar e abaixo do ponto **F-14** (que fica no 6º espaço intercostal).

Punção

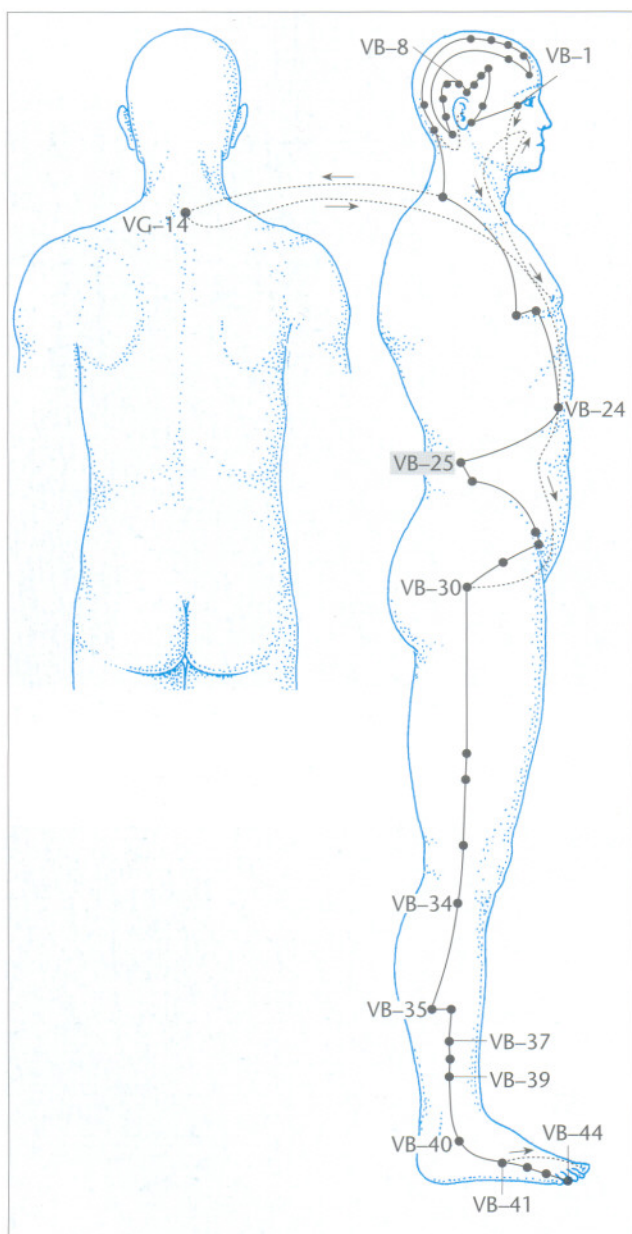
Direção da Picada: oblíqua para fora (no trajeto das costelas).

Profundidade da Picada: 0,3-0,8 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento locais e sombrias.

Atenção: Se a inserção for excessivamente profunda, existe o risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

VB-25 JINGMEN Portal da capital

- Ponto *Mo* do Rim
- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Rim

Local e Geral:

- Neuralgia intercostal e queixas na região da coluna lombar.
- *Afecções renais e das vias urinárias*: edema, disúria, nefrite e cálculo renal.
- *Afecções gastrintestinais*: sensação de tensão no abdome (principalmente no hipocôndrio), meteorismo e diarréia.

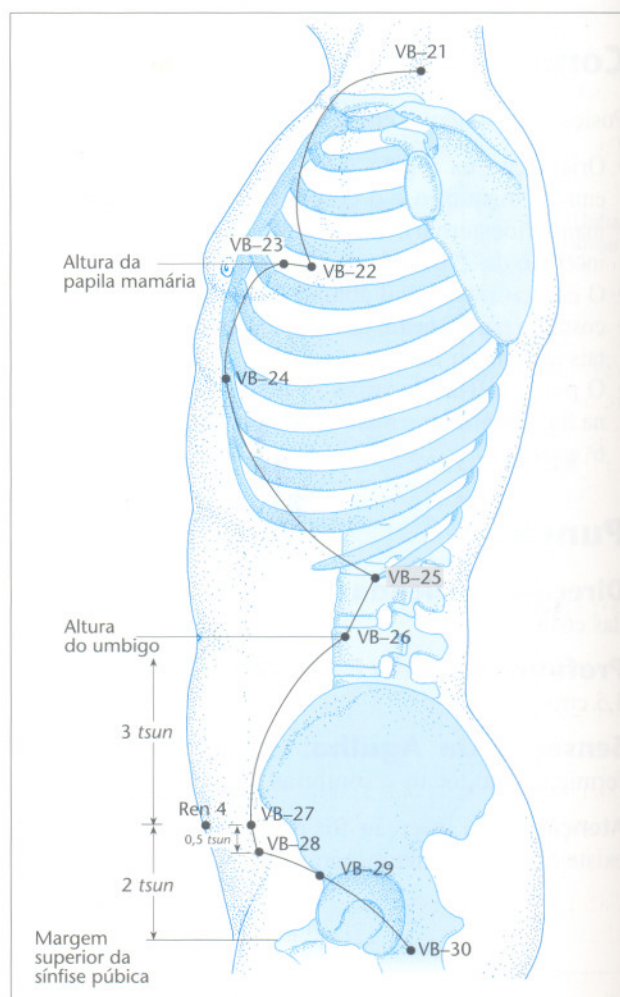
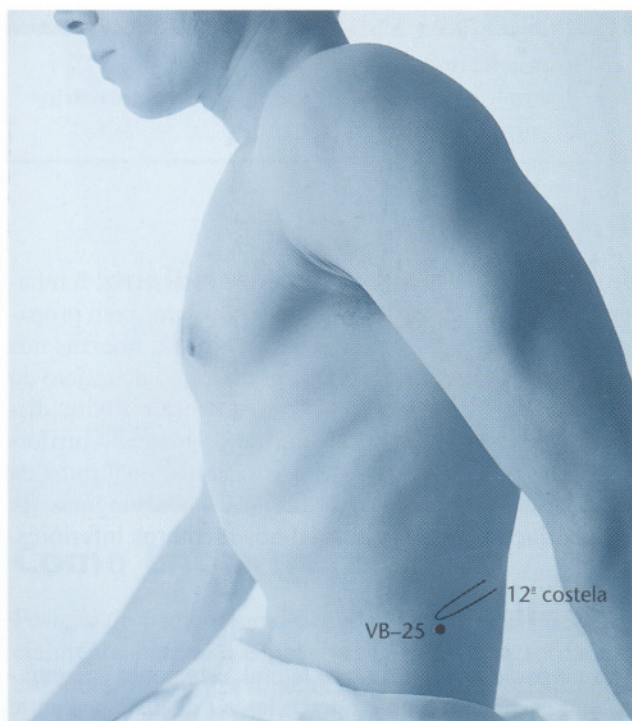
Localização

Na margem inferior da extremidade livre da 12ª costela, sobre a linha axilar posterior (altura: 1,5 *tsun* acima do umbigo).

Função Tradicional

Fortalece e aquece o Rim, regula a via das águas, elimina a umidade, relaxa os tendões e os músculos, protege a região lombar.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Rim, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de afecções renais.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado; quando for localizar o ponto, pedir ao paciente para que ele abduza o braço ou que o erga para trás.

1ª Forma de Localização: palpar a extremidade livre da 12ª costela na região da linha axilar posterior.

2ª Forma de Localização: em primeiro lugar, encontrar o ponto **F-13**, que fica logo abaixo da extremidade do olécrano quando o tórax está contraído e o cotovelo flexionado. Neste local, pode-se palpar a extremidade livre da 11ª costela. Com o dedo, palpar, então, do ponto **F-13** até a extremidade livre da 12ª costela, na altura da linha axilar posterior.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, às vezes com propagação em direção ao abdome.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de punção do peritônio; a agulha deve ficar localizada no músculo oblíquo externo do abdome ou no músculo oblíquo interno do abdome.

Posição da Agulha *in situ*

VB-30 GI P HUANTIAO Círculo saltitante

- Importante ponto local
- Ponto de associação com o Meridiano Principal da Bexiga

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: lumbago, lombalgia isquiática e queixas similares com propagação ao longo da região lateral da perna; queixas nos quadris e nos membros inferiores ao longo do trajeto do meridiano como, por exemplo, coxartrose e coxite; distúrbios da articulação sacroilíaca e do músculo piriforme (cuja inserção é nesta região); dores, distúrbios da circulação sangüínea e perturbações neurológicas (p. ex., polineuropatia e paresias) nos membros inferiores.

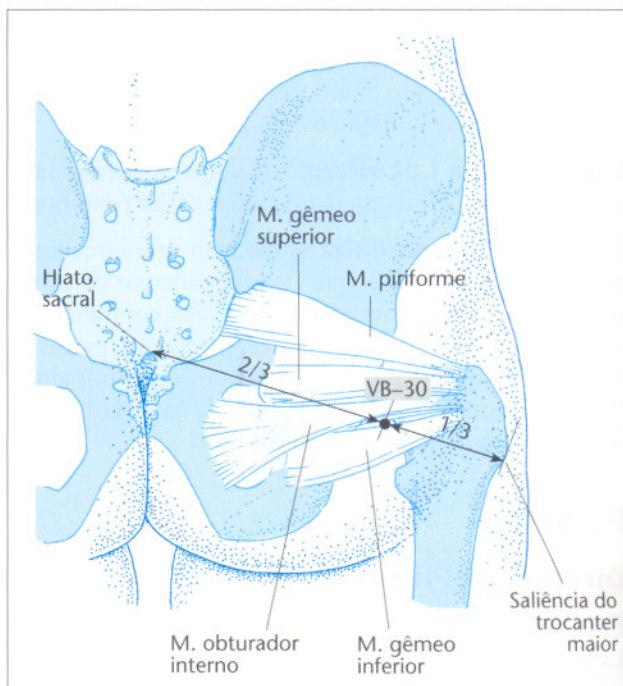
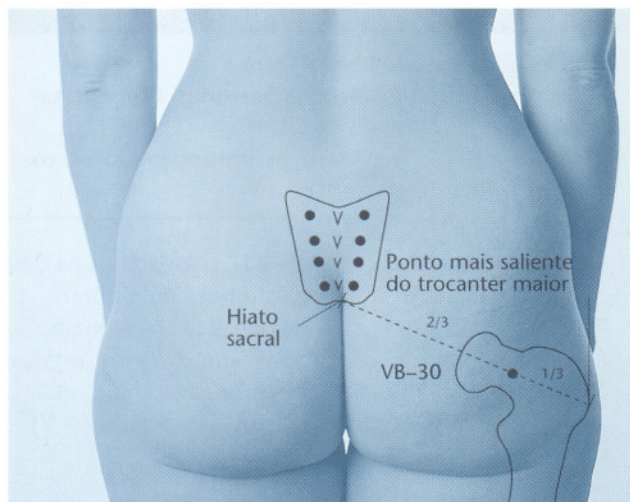
Localização

Com o paciente em decúbito lateral, este ponto encontra-se entre o terço médio e o terço lateral da distância entre o ponto mais saliente do trocanter maior e o hiato sacral.

Função Tradicional

Elimina o vento, o frio e a umidade, torna os Meridianos e os canais da rede fluentes, fortalece a região lombar e dos quadris.

lombalgia, ciatalgia
hernia discal

HUANTIAO Círculo saltitante

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, lateral, se possível com a coxa formando um ângulo de aproximadamente 90°; colocar almofadas ou um apoio entre os joelhos para melhorar o posicionamento.

- Procurar o hiato sacral e o ponto mais saliente do trocanter maior.
- O ponto **VB-30** localiza-se sobre a linha de união na transição do terço médio para o terço lateral.

> **!**
> - Para se orientar melhor, utilize uma fita de borracha flexível dividida em três partes iguais. O ponto **VB-30** é, com freqüência, sensível à palpação para as indicações apresentadas.
> - A localização pode ser mais exata se a articulação do quadril estiver flexionada.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

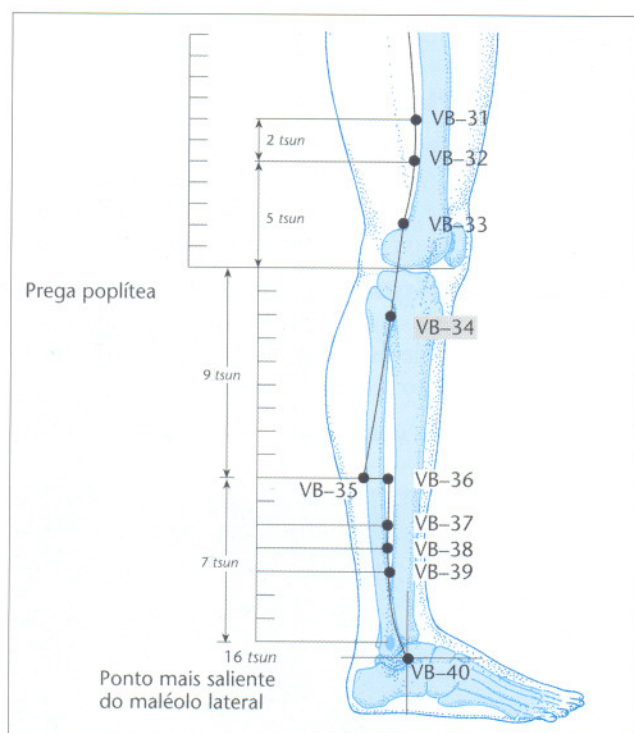
Profundidade da Picada: 1,5-3 *tsun* (W: 3-6 cm); a ponta da agulha atinge a margem inferior do músculo piriforme próximo ao colo do fêmur; utilizar uma agulha de 3 *tsun* de comprimento (> 50 mm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios, mas também uma eletrizante sensação da agulha que às vezes se propaga ao longo do trajeto do Meridiano até o calcâneo.

Atenção: a punção é dolorosa.

Posição da Agulha *in situ*

YANGLINGQUAN Fonte da colina *Yang*

- **Ponto *Ho* (mar), ponto terra**
- **Ponto de influência dos tendões (coordenação e movimento)**
- **Ponto principal para a estimulação do fluxo harmônico de *Qi* do Fígado**

Função Tradicional

Regula o Fígado e estimula o fluxo harmônico de *Qi*, regula a Vesícula Biliar, apazigua o *Yang* e o vento do Fígado, refresca o calor, elimina a umidade-calor, dissipa o vento externo patogênico, o vento-mucosidade e o frio, dispersa as obstruções dos Meridianos e torna-os fluentes, relaxa os tendões, protege a articulação do joelho.

Indicação

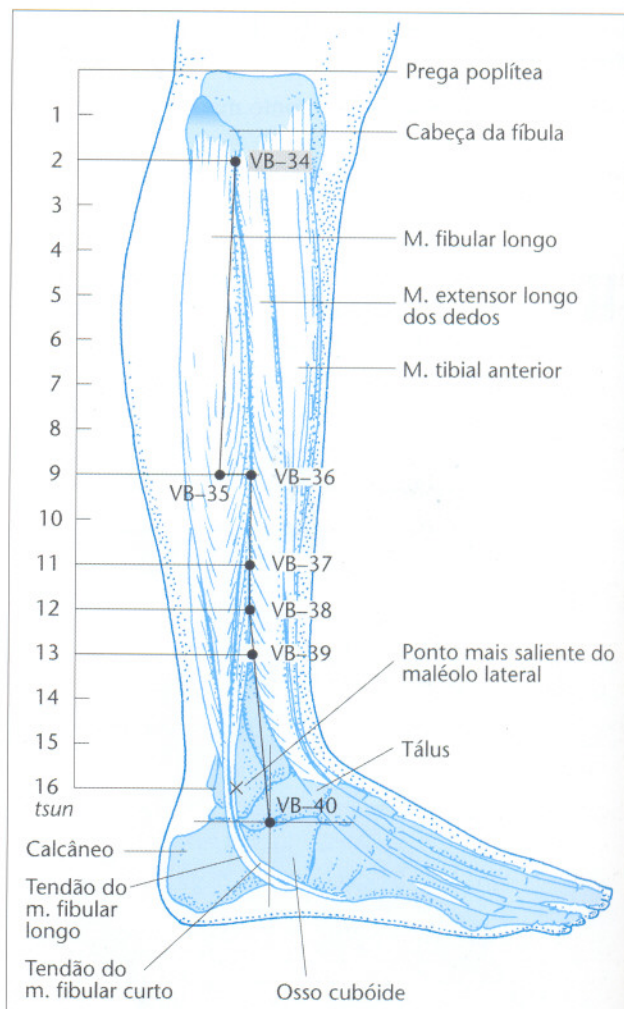
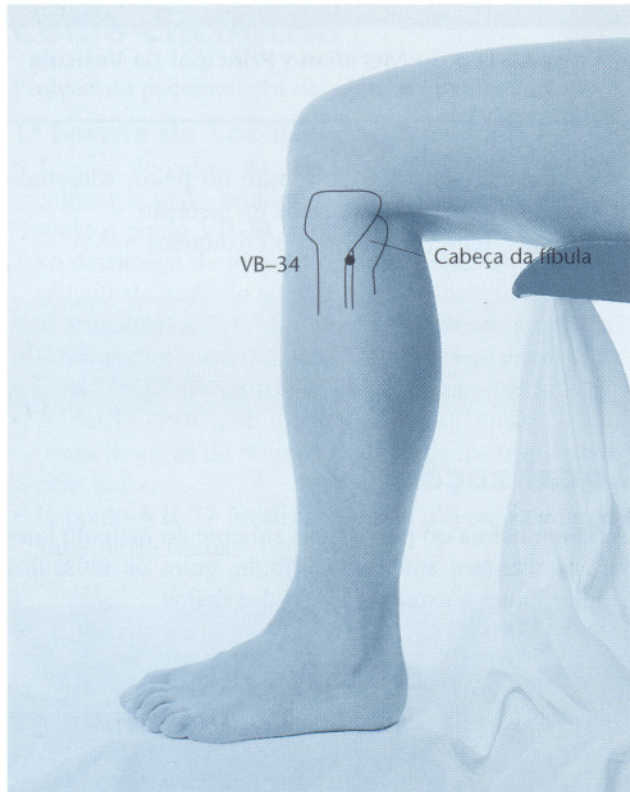
Local: afecções na articulação do joelho.

Relacionada ao Meridiano: redução da mobilidade, espasmos, distúrbios da circulação sangüínea e paresias nos membros inferiores; "dor de ilharga", correspondente ao trajeto do Meridiano Principal da Vesícula Biliar, por exemplo na região lateral do tórax.

Geral:

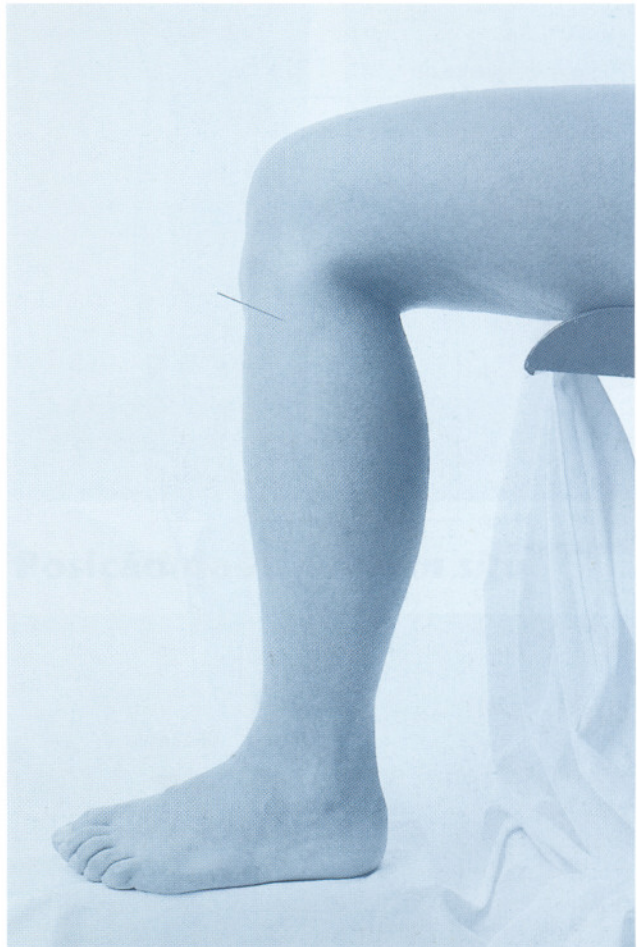
- *Distúrbios funcionais dos músculos e dos tendões*: contratura, espasmo e distrofia muscular, miopatias, tendovaginite e poliartrite.
- Cefaléias (lateralmente, ao longo do trajeto do Meridiano Principal da Vesícula Biliar) e hipertônus causado pelo aumento de *Yang* do Fígado, estados de euforia, epilepsia, zumbido e surdez.
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* (sobretudo nos casos de "umidade-calor no Fígado e na Vesícula Biliar"): colecistite, colecistolitíase e hepatite (neste caso, associado ao ponto **VB-24**), para analgesia dos espasmos nos casos de cólicas da vesícula biliar.
- Enjôo e vômitos ("o *Qi* do Fígado ataca o estômago").
- *Estagnação de* Qi *do Fígado em diversos órgãos* como, por exemplo, no epigástrio (associado, então, ao ponto **VC-12**) e no hipogástrio (associado ao **VC-6**).

Localização

Em uma depressão à frente e abaixo da cabeça da fíbula, entre os músculos fibular longo e extensor longo dos dedos.

YANGLINGQUAN Fonte da colina *Yang*

VB-34

Posição da Agulha *in situ*

Dor no joelho e gradiado costal; cefalia; vômitos; patologia nos tendões obstipação.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado; para facilitar a localização, o joelho pode ser levemente flexionado.

- Procurar a cabeça da fíbula na região onde, em geral, fica a costura da calça e mantê-la entre os dedos indicador e médio.
- A partir dela, deslizar ambos os dedos para baixo; dessa forma, o dedo indicador tocará em uma depressão diretamente em frente e abaixo da cabeça da fíbula.

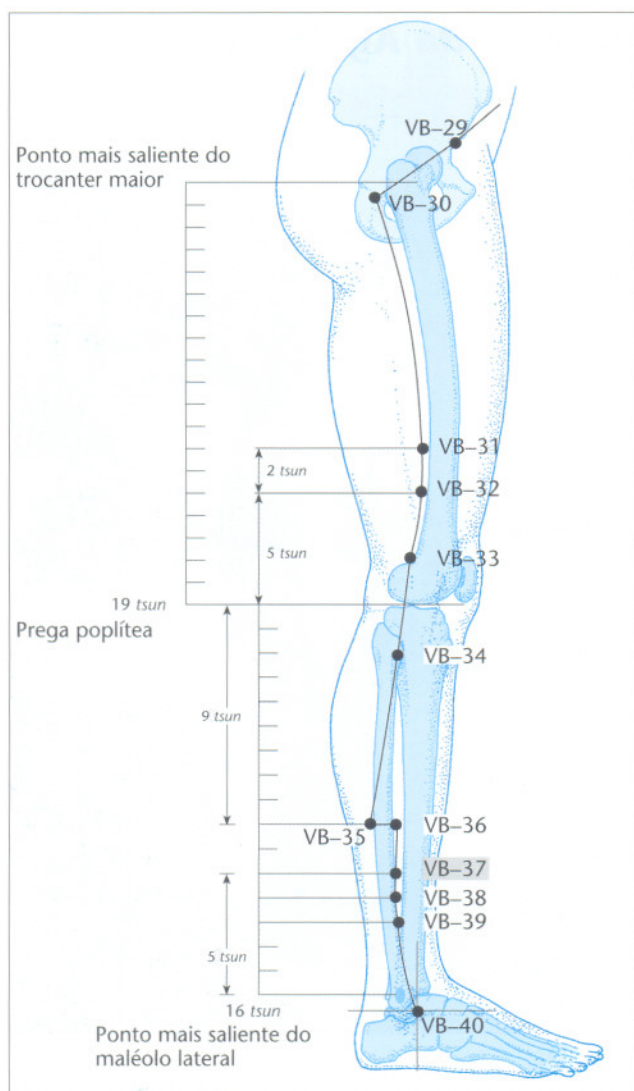
Punção

Direção da Picada: perpendicular, entre a tíbia e a fíbula, em direção à membrana interóssea.

Profundidade da Picada: 0,8-1,5 *tsun* (W: 2-3 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento sombrios, eventualmente com propagação até o dorso do pé.

! Nos casos de paresia é necessária uma intensa estimulação.

GUANGMING Claridade da luz

Função Tradicional

Elimina o vento, o calor e a umidade, regula o Fígado, dissipa o fogo para baixo, abre a visão e fortalece a acuidade visual.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores, redução da mobilidade, paresias, espasmos musculares e atrofia nos membros inferiores.

Geral:

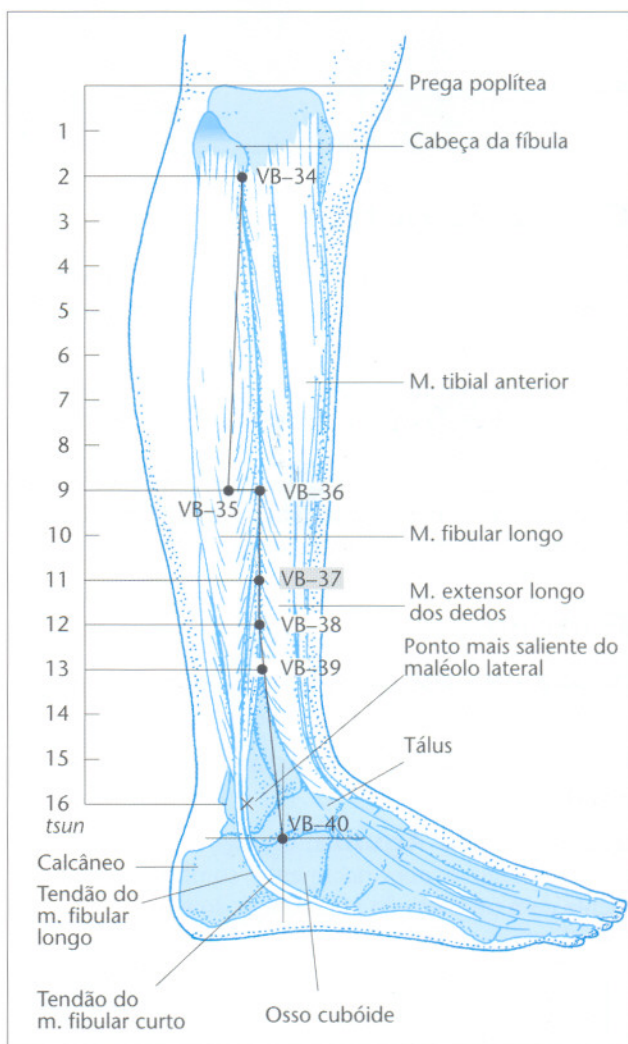
- *Afecções oculares* tais como cegueira noturna, conjuntivite, glaucoma, neurite óptica e visão desfocada.

- **Ponto *Luo* do Meridiano Principal da Vesícula Biliar**

- Mastopatia, sensação de tensão no peito, sobretudo durante a lactação, distúrbios da lactação.
- Tonturas, febre, hemicrania e enxaqueca.

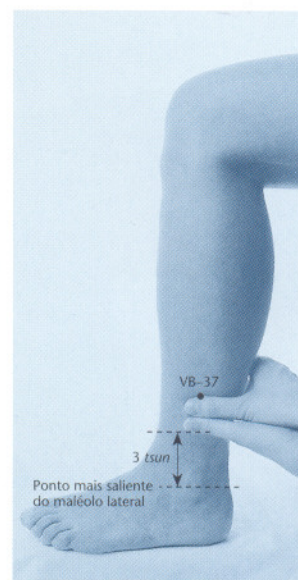
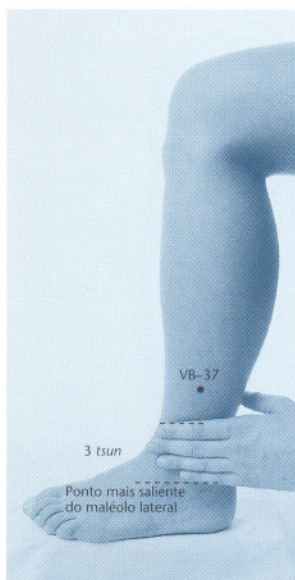
> **!** Para auxiliar na desmama, utilize a técnica de inserção sedativa da agulha (com forte estimulação) e associe este ponto ao **VB-41**.

Localização

A 5 *tsun* acima do ponto mais saliente do maléolo lateral, na margem anterior da fíbula, entre os músculos fibular longo e extensor longo dos dedos.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização:

- Técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto **VB-34** (na depressão em frente e abaixo da cabeça da fíbula) e o outro sobre o ponto mais saliente do maléolo lateral; esta distância é de 14 *tsun*.
- Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre esses dois pontos, na margem anterior da fíbula.
- A partir deste ponto médio, medir, então, 2 *tsun* (duas larguras do polegar ou três dedos transversos) para baixo.
- O ponto **VB-37** localiza-se nesta altura, na margem anterior da fíbula.

2ª Forma de Localização: a partir do ponto mais saliente do maléolo lateral, medir 5 *tsun* (quatro dedos transversos e duas larguras do polegar) para cima, na margem anterior da fíbula.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,7-1,5 *tsun* (W: 1-3 cm).

Sensação da Agulha: sensação de formigamento e adormecimento ao longo do trajeto do Meridiano, com propagação até o dorso do pé.

Dor na perna e calcâneo, cervicalgia, lombalgia, anorexia; diarreia

VB-39 XUANZHONG Sino suspenso

- **Ponto de influência da medula**
- **Ponto *Luo* do grupo dos três Meridianos *Yang* do pé (Meridiano Principal da Vesícula Biliar, do Estômago e da Bexiga)**

! Como ponto *Luo* dos três meridianos *Yang* do pé, o ponto **VB-39** é bastante eficaz no tratamento dos distúrbios funcionais dos três Meridianos. Ele pode ser empregado nos casos de redução combinada da mobilidade em que há dificuldade em inclinar-se para a frente, para trás e lateralmente e problemas de rotação (p. ex., nos casos de torcicolo agudo).

Localização

A 3 *tsun* acima do ponto mais saliente do maléolo lateral, em uma depressão na margem anterior da fíbula.

Função Tradicional

Dispersa as obstruções dos Meridianos e dos canais da rede e torna-os fluentes, auxilia o *Jing* essencial, nutre a medula, acalma o vento do Fígado, alivia e elimina o calor, elimina a umidade-calor, alivia a dor.

Indicação

Relacionada ao Meridiano:

- Importante ponto distante para os casos de redução da mobilidade na região da nuca e da coluna cervical.
- Queixas na região lateral do tórax, no hipocôndrio e nos membros inferiores, ao longo do trajeto do Meridiano.

Geral:

- Cefaléia (ponto de derivação bastante eficaz para os casos de estados de plenitude na região da cabeça).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou lateral ou sentado.

- A partir do ponto mais saliente do maléolo lateral, medir 3 *tsun* (quatro dedos transversos) para cima, na margem anterior da fíbula.
- O ponto **VB-39** localiza-se em uma depressão em frente a esta margem. Segundo alguns autores, ele se encontra entre a margem posterior da fíbula e os tendões dos músculos fibulares longo e curto. Em caso de dúvida, preferir aquele local que for mais sensível à palpação.

Punção

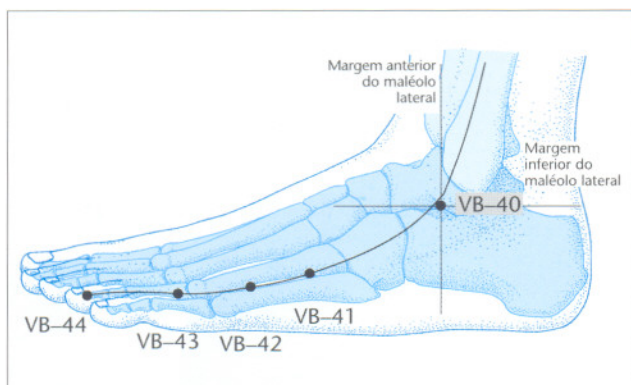
Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm) ou perfurar até o ponto **BP-6**.

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento e adormecimento locais e de caráter sombrio, às vezes com propagação até o dorso do pé.

Posição da Agulha *in situ*

VB-40 QIUXU Zona da colina

- Ponto *Yuan* do Meridiano Principal da Vesícula Biliar

Função Tradicional

Regula o Fígado e estimula o fluxo harmônico de seu *Qi*, alivia o fogo do Fígado e o calor, elimina a umidade-calor, torna os Meridianos fluentes, estimula as funções das articulações.

Indicação

Local: dores, redução da mobilidade, edemas, artrite e deformações nas articulações talocrural e talocalcaneonavicular.

Relacionada ao Meridiano: dores e redução da mobilidade nos membros inferiores e dor na região lombar, ao longo do trajeto do Meridiano; ponto distante para os casos de dor na região lateral do pescoço, do tórax e do abdome e úlcera crural.

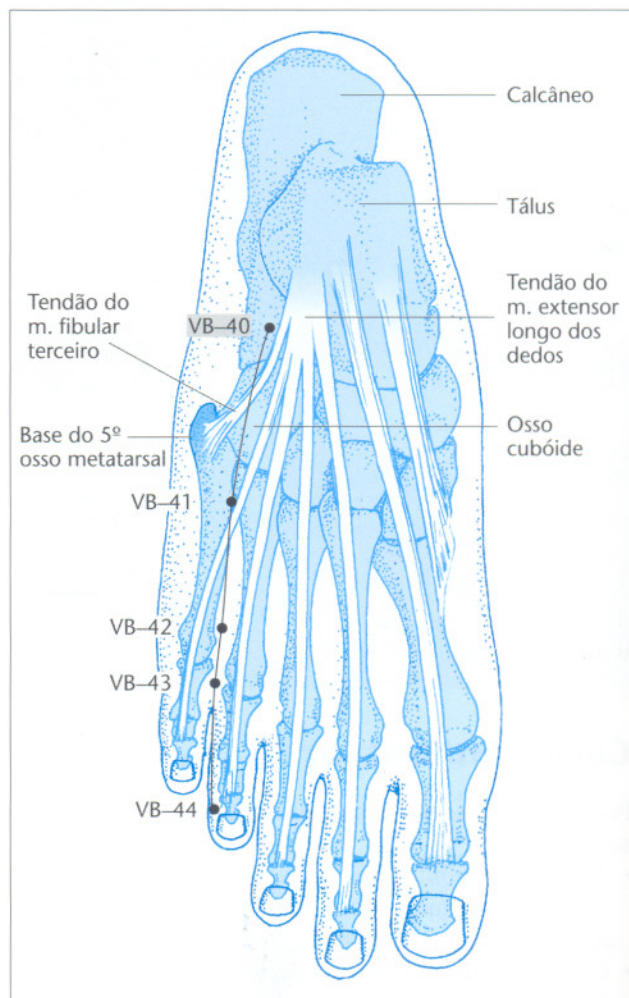
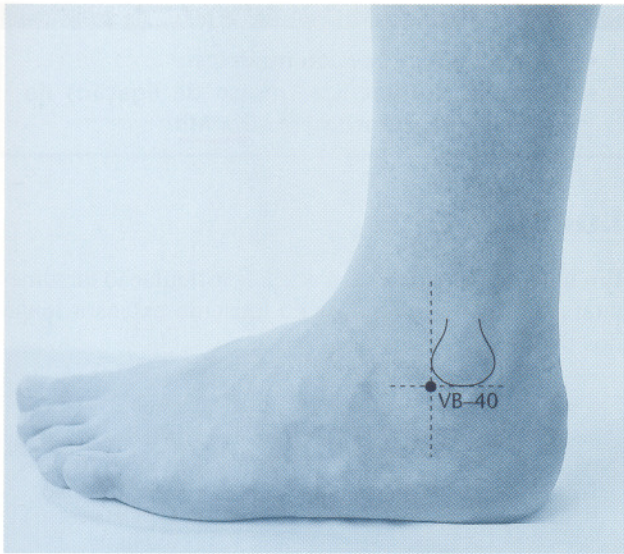
Geral:
- Vômitos e refluxo de ácido.
- Edema dos lifonodos axilares.
- Afecções hepáticas e da vesícula biliar.

Localização

O ponto **VB-40** localiza-se na intersecção de uma perpendicular na margem anterior do maléolo lateral com uma horizontal na margem inferior do maléolo. Ele se encontra em uma depressão lateral ao tendão do músculo extensor longo dos dedos, acima da cavidade articular entre o tálus e o calcâneo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou lateral ou sentado e com a planta dos pés totalmente em contato com o chão; para facilitar a localização, a articulação do pé (talocrural) pode ser flexionada dorsalmente em um ângulo de aproximadamente 90º.

- Procurar o maléolo lateral.
- Deslizar o dedo até uma depressão que pode ser facilmente encontrada e que fica em frente e abaixo do maléolo.
- Elevando-se os dedos do pé, tanto o tendão do músculo extensor longo dos dedos quanto a depressão lateral a ele podem ser melhor visualizados.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua na cavidade articular, em direção ao arco medial do pé.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias.

Posição da Agulha *in situ*

ZULINQI Descida das lágrimas no pé

- Ponto *lu* (lago), ponto madeira
- Ponto de confluência (ponto de ligação) do Meridiano Extraordinário *Dai Mai*

Localização

Em uma depressão distal à 4ª e à 5ª articulação tarsometatarsal, lateral aos tendões do músculo extensor longo dos dedos.

Função Tradicional

Estimula o fluxo harmônico de *Qi* do Fígado, apazigua o vento do Fígado, alivia o calor, fortalece a acuidade visual e a capacidade auditiva, abre e regula o Meridiano Extraordinário *Dai Mai*, alivia a dor.

Indicação

Local: dores e edemas no dorso do pé.

Relacionada ao Meridiano: queixas na região lombar e dos quadris e nos membros inferiores como, por exemplo, lumbago e lombalgia isquiática ao longo do trajeto do Meridiano; dores na região lateral da cabeça, do tórax e do abdome.

Geral:

- *Cefaléia* nas regiões temporal e occipital e enxaqueca.
- *Afecções oculares* tais como conjuntivite.
- *Distúrbios da audição.*
- *Afecções ginecológicas* como, por exemplo, distúrbios menstruais, síndrome pré-menstrual (principalmente nos casos de intensa tensão nas mamas), mastite em fase inicial (superprodução e retenção de leite) e corrimento vaginal; para auxiliar na desmama, os pontos **VB-41** e **VB-37** devem ser puncionados de maneira sedativa.
- *Afecções articulares*, com aplicação, sobretudo, para analgesia nos casos de poliartrite (então, associado ao ponto **TA-5**).
- Segundo J. Bischko: este ponto é bastante eficaz no tratamento de todas as afecções articulares (principalmente nas grandes articulações) e de surtos reumáticos.

ZULINQI Descida das lágrimas no pé

VB-41

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com a planta dos pés totalmente em contato com o chão.

- Palpar a base proeminente do 5º osso metatarsal na face lateral do pé.
- A partir daí, palpar no dorso do pé a região da transição entre a base e o corpo deste osso e deslizar o dedo em sentido medial até uma depressão entre o 4º e o 5º osso metatarsal.

> **!** Elevando-se os dedos do pé, os tendões do músculo extensor longo dos dedos podem ser melhor visualizados; o ponto **VB-41** localiza-se lateralmente a eles e é sensível à palpação para as indicações anteriormente apresentadas.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento local e sombrio, eventualmente com propagação até a ponta do quarto dedo do pé.

Posição da Agulha *in situ*

XINGJIAN Percorrer no espaço

- Ponto *long* (riacho), ponto fogo
- Ponto de sedação

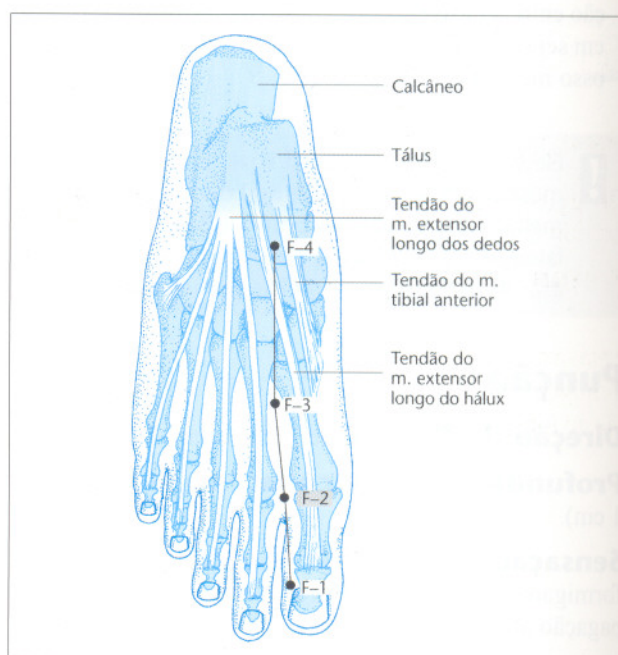
Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: contraturas, espasmos musculares, dores e paresias nos membros inferiores.

Geral:

- *Estados de plenitude na cabeça* (causados pelo fogo do Fígado, pelo aumento de *Yang* do Fígado ou pelo vento do Fígado) como, por exemplo, epilepsia e convulsão infantil, cefaléia (sobretudo na região parietal), enxaqueca, hipertônus, sonolência, tonturas, zumbido, distúrbios do sono, irritabilidade e estados de agitação.
- *Afecções oculares* tais como conjuntivite aguda, ardência e dor nos olhos e glaucoma.
- *Distúrbios menstruais* como, por exemplo, dismenorréia, hipermenorréia, menorragia e menstruação irregular.
- Dores nos genitais externos.
- *Distúrbios da micção* tais como iscúria e disúria.
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar.*
- Hérnias, cólicas epigástricas e hipogástricas e obstipação.

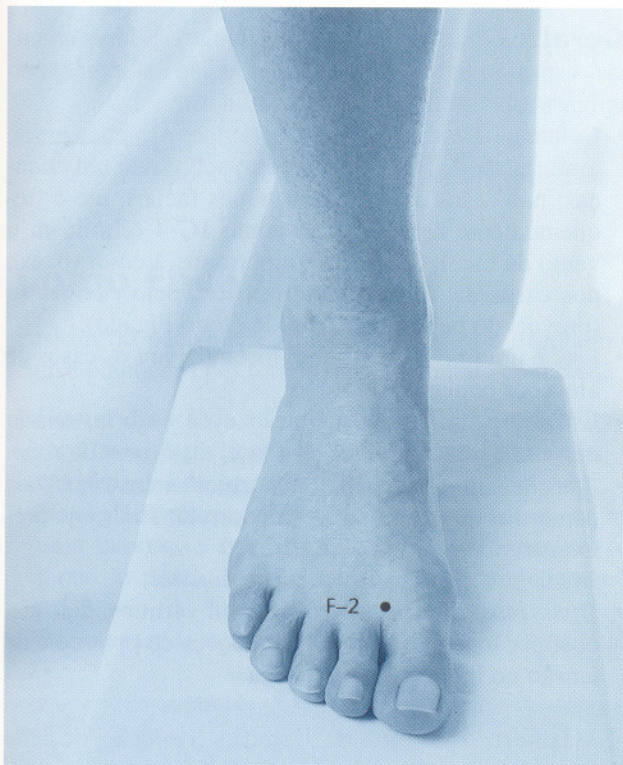
Localização

Entre o 1º e o 2º osso metatarsal, a aproximadamente 0,5 *tsun* proximal à prega interdigital.

Função Tradicional

Regula o Fígado (com aplicação nos casos de estados de plenitude), conduz o fogo do Fígado para baixo (ponto principal!), apazigua o vento interno e o *Yang* do Fígado, refresca o calor do sangue, alivia a umidade-calor no aquecedor inferior, torna os Meridianos fluentes, acelera o fluxo de *Qi* nos canais da rede.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com a planta dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar a margem superior da prega interdigital, entre o 1º e o 2º osso metatarsal. O ponto **F-2** localiza-se a aproximadamente 0,5 *tsun* (uma largura do dedo mínimo) proximal a esta área; para as indicações apontadas, ele é, com freqüência, sensível à palpação.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: oblíqua, em sentido cranial (em direção ao calcâneo) ou perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1,3 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento local e sombrio, às vezes com propagação ao longo do pé, em direção à perna, ou até os dedos.

F-3 GP TAICHONG Grande impulsão

- **Ponto *lu* (lago), ponto terra**
- **Ponto *Yuan* do Meridiano Principal do Fígado**
- **Ponto muito importante com ação espasmolítica**

Indicação

Local: dores na região do maléolo medial e edema no pé.

Geral: câibras e contrações musculares; dores e cólicas espasmódicas, sobretudo na região da cabeça, no epigástrio, no hipocôndrio e no abdome.

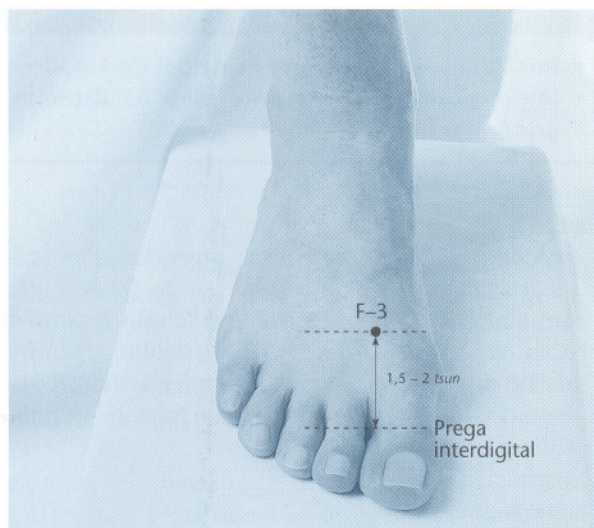
- Cefaléia (frontal, parietal e temporal), enxaqueca, tonturas, epilepsia e convulsões, sobretudo em crianças; nos casos de paresia e tiques faciais, ele é freqüentemente associado ao ponto **IG-4** (eliminam o vento da face); concussão, hipertônus, tremor (p. ex., nos casos de Mal de Parkinson) e bócio edematoso (provocado pela estagnação de *Qi* do Fígado).
- Este é um importante ponto distante para os casos de afecções oculares.
- Estados psíquicos de agitação e de euforia; tensão nervosa e relacionada ao estresse; distúrbios do sono.
- *Afecções ginecológicas*: distúrbios menstruais tais como dismenorréia e hipermenorréia; síndrome pré-menstrual e queixas climatérias.
- *Distúrbios da micção*: iscúria e disúria.
- *Distúrbios do trato gastrintestinal*: vômitos, diarréia, obstipação (espasmódica), sensações de pressão e de tensão no hipocôndrio e hérnia.
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar.*
- Mastite e distúrbios da lactação (retenção de leite causada pela estagnação de *Qi* do Fígado).
- *Distúrbios da circulação sangüínea* (nestes casos, associado ao ponto **IG-4**).
- Segundo G. Maciocia: este ponto é indicado para os casos de frio no Meridiano Principal do Fígado; ele tem aplicação, nos homens, nos casos de edema na região genital e de orquite; já nas mulheres, ele é empregado nos casos de corrimento vaginal crônico e esbranquiçado.

Função Tradicional

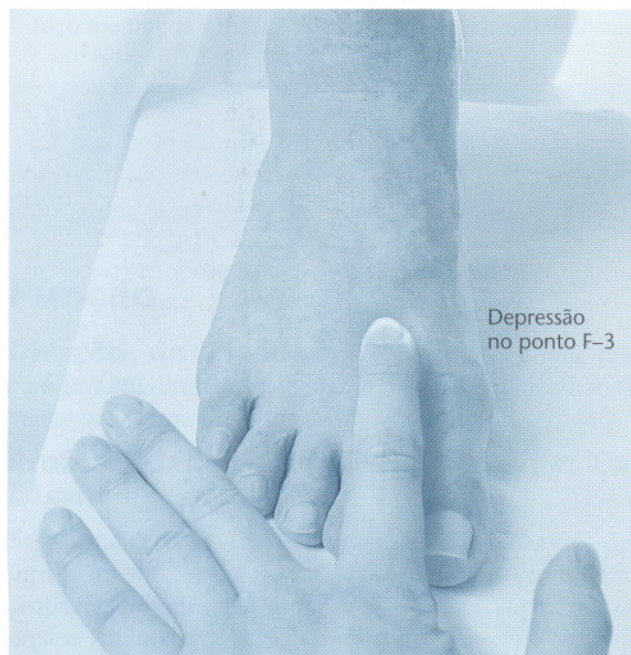
Regula o Fígado e estimula o fluxo harmônico de seu *Qi* (é um ponto muito importante para este fim, por isso ele é indicado para os casos de estagnação de *Qi* em todo o corpo), remove a estagnação de sangue, alivia o calor do Fígado, conduz o fogo do Fígado para baixo, refresca o calor do sangue, modera o *Yang* do Fígado, apazigua o vento do Fígado, tem ação espasmolítica e alivia as dores, elimina a umidade-calor do aquecedor inferior, abre a visão, acalma o *Shen*-mente.

Enxaqueca, dor no peito e hipocôndrio, dor na região púbica e periumbilical.

Localização

No dorso do pé, em uma depressão no ângulo proximal entre o 1º e o 2º osso metatarsal, a 1,5-2 *tsun* proximais à prega interdigital.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com a planta dos pés totalmente em contato com o chão.

- Com o dedo indicador, palpar entre o 1º e o 2º osso metatarsal, a partir das articulações metatarsofalângicas, em sentido proximal.
- Na região próxima a estes dois ossos, pode-se palpar uma depressão que, com freqüência, é sensível ao toque; o ponto **F-3** encontra-se a aproximadamente 1,5-2 *tsun* (de dois dedos transversos a duas larguras do polegar) da margem posterior da prega interdigital.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua em sentido cranial.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento sombrio, com propagação para cima ao longo do trajeto do Meridiano ou eletrizante em direção à planta do pé.

Posição da Agulha *in situ*

- **Ponto *Luo* do Meridiano Principal do Fígado**
- **Importante ponto distante para os sistemas urinário e genital**

Geral:

- *Afecções dos sistemas urinário e genital*: disfunções urinárias causadas pela estagnação de *Qi* do Fígado com sintomas como sensação de tensão e dores no baixo ventre, disúria e iscúria, orquite, distúrbios menstruais, dores na região dos órgãos pélvicos e dos genitais externos, endometrite, corrimento vaginal e prolapso do útero.
- Impotência e distúrbios da ejaculação.
- Hérnia e hepatite.

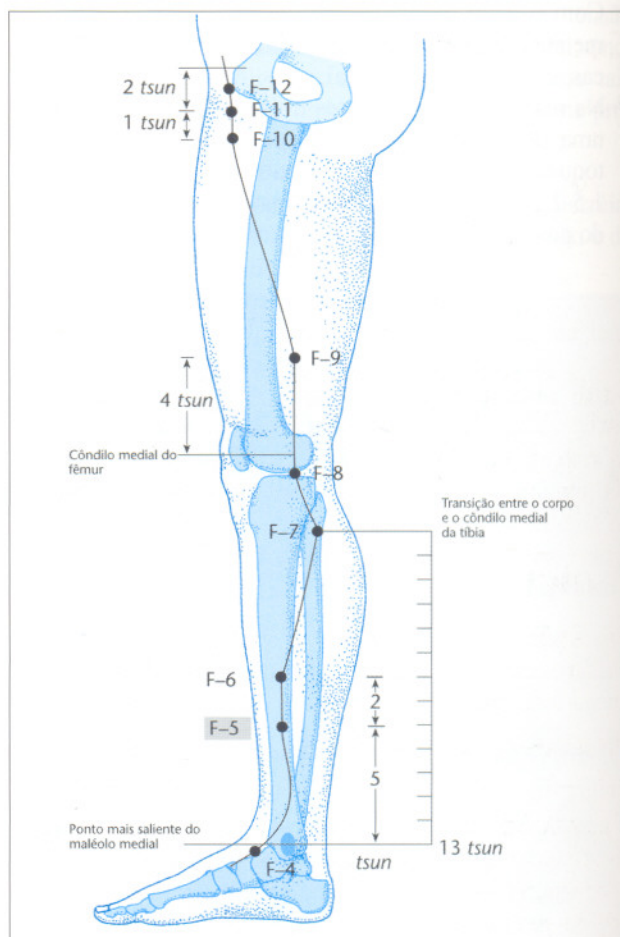
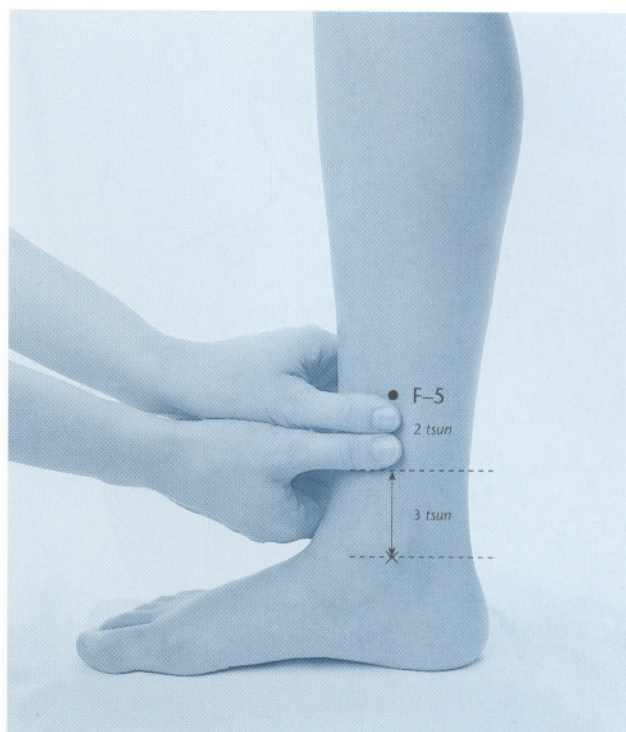
Localização

A 5 *tsun* acima do ponto mais saliente do maléolo medial, sobre a face medial da tíbia e próximo à margem medial desta.

Função Tradicional

Regula o Fígado e a menstruação, estimula o fluxo harmônico de *Qi* do Fígado, elimina a umidade-calor, controla o sangue e retém-no nos vasos.

Indicação

Local: dores na perna, ao longo do trajeto do Meridiano.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com a planta dos pés totalmente em contato com o chão.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- A partir dele, medir 5 *tsun* (quatro dedos transversos e duas larguras do polegar) perpendicularmente para cima; o ponto **F-5** localiza-se em uma depressão na face medial da tíbia, próximo à margem medial desta.

! De acordo com as indicações ocidentais, o ponto **F-5** localiza-se um pouco mais atrás da margem medial da tíbia. Em caso de dúvidas, utilize a palpação para melhor orientar-se.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua para trás em direção à fíbula ou ainda subcutânea transversal para cima ao longo da tíbia.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,8-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento local e de caráter sombrio, às vezes com propagação para cima até o joelho ou em direção aos órgãos genitais externos.

ZHONGDU Morar no meio

- Ponto *Xi* do Meridiano Principal do Fígado

Geral:

- *Afecções dos sistemas urinário e genital*: este ponto tem aplicação, sobretudo, nos casos de estados de plenitude e para analgesia das afecções agudas como, por exemplo, infecção aguda das vias urinárias (com dor), inflamação dos órgãos pélvicos, dores nos genitais externos e fluxo vaginal.
- *Distúrbios menstruais*: dismenorréia, metrorragia e hipermenorréia.
- Hérnias, hepatite e cólicas.
- Genérica: quando há intensa redução da circulação sangüínea.

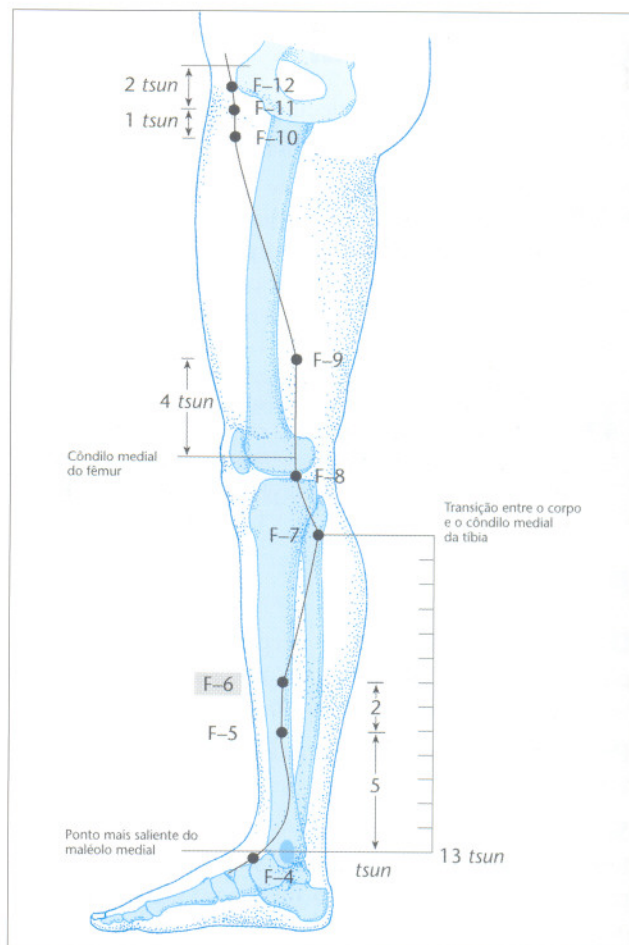
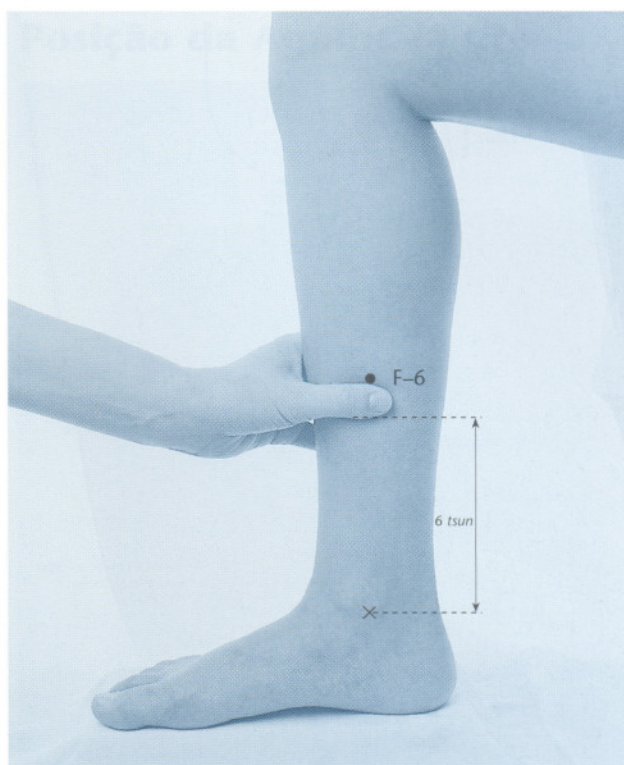
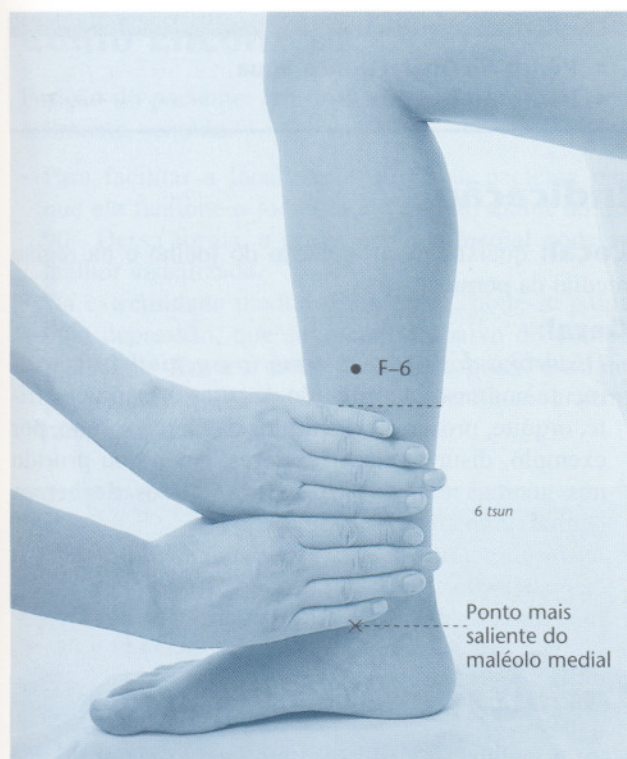
Localização

A 7 *tsun* acima do ponto mais saliente do maléolo medial, sobre a face medial da tíbia e próximo à margem medial desta.

Função Tradicional

Regula o Fígado e estimula o fluxo harmônico de seu *Qi*, torna o Meridiano e os canais da rede fluentes, alivia a dor, regula o *Qi* e o sangue.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dores na perna e nas articulações dos membros inferiores; parestesias e paresias nestes membros.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar o ponto mais saliente do maléolo medial.
- A partir dele, medir 7 *tsun* (duas vezes quatro dedos transversos e uma largura do polegar) perpendicularmente para cima.
- O ponto **F-6** localiza-se em uma depressão na face medial da tíbia, próximo à margem medial desta.

> **!** De acordo com as indicações ocidentais, o ponto **F-6** localiza-se um pouco mais atrás da margem medial da tíbia. Em caso de dúvidas, utilize a palpação para melhor orientar-se.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua para trás em direção à fíbula ou ainda subcutânea transversal para cima ao longo da tíbia.

Profundidade da Picada: 0,3-1 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm).

Sensação da Agulha: adormecimento, sensação de tensão local e de caráter sombrio, às vezes com propagação até o joelho.

Posição da Agulha *in situ*

F-8 QUQUAN Fonte encurvada

- Ponto *Ho* (mar), ponto água
- Ponto de tonificação

Indicação

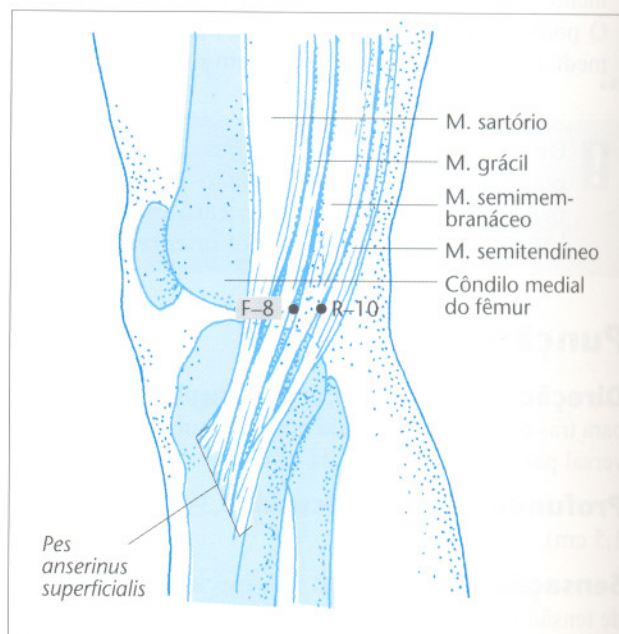
Local: queixas na articulação do joelho e na região medial da perna.

Geral:

- *Distúrbios dos sistemas urinário e genital*: principalmente nos casos de infecção das vias urinárias, nefrite, orquite, prostatite, distúrbios da micção como, por exemplo, disúria e iscúria; dores, edema ou prurido nos genitais externos (p. ex., nos casos de herpes genital) e corrimento vaginal.
- *Distúrbios das funções sexuais* tais como distúrbios da ejaculação e impotência.
- Infertilidade, dismenorréia e prolapso do útero.

Localização

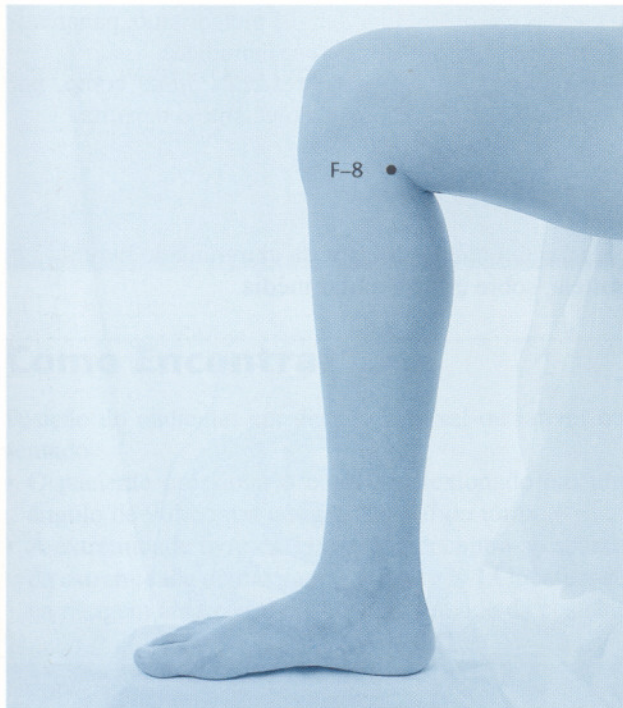
Com o joelho flexionado em um ângulo maior do que 90º, este ponto localiza-se na extremidade medial da prega poplítea, em uma depressão em frente aos tendões dos músculos semitendíneo e semimembranáceo.

Para orientação: o ponto **R-10** encontra-se à mesma altura que o ponto **F-8**, todavia mais lateralmente em direção à cavidade poplítea, entre os tendões dos músculos semitendíneo e semimembranáceo.

Função Tradicional

Alivia e elimina a umidade e a umidade-calor do aquecedor inferior (ação principal), harmoniza o *Qi* do Fígado, refresca o calor do Fígado, elimina o fogo do Fígado, nutre o sangue do Fígado, relaxa os tendões, estimula a circulação de *Qi* nos canais da rede, protege a bexiga.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou, preferencialmente, sentado.

- Para facilitar a localização, pedir ao paciente para que ele flexione o joelho a um ângulo maior do que 90º. Dessa forma, a prega poplítea medial pode ser melhor visualizada.
- Na extremidade medial desta prega, pode-se palpar uma depressão, que se encontra abaixo do côndilo medial do fêmur e entre o músculo grácil e a margem anterior dos músculos semitendíneo e semimembranáceo.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento sombrio e local mas que se propagam.

Posição da Agulha *in situ*

ZHANGMEN Porta de órgãos

- Ponto *Mo* do Baço
- Ponto de associação com o Meridiano Principal da Vesícula Biliar e com o Meridiano Extraordinário *Dai Mai*
- Ponto de influência dos órgãos *Zhang* (órgãos de acumulação)

Local: dores no hipocôndrio e lateralmente no tórax, neuralgia intercostal.

Geral:

- *Afecções do trato gastrintestinal* tais como vômitos, distúrbios do apetite e da digestão ("o *Qi* do Fígado ataca o Baço"), gastrite, síndrome de Roemheld, úlceras gástricas e duodenais, meteorismo, pancreatite, diarréia e obstipação (espasmódica).
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* como, por exemplo, colecistolitíase, colecistite e hepatite.

Localização

Na margem ântero-inferior da extremidade livre da 11ª costela, sobre a linha axilar média.

Função Tradicional

Regula o Fígado e estimula o fluxo harmônico de seu *Qi*, elimina as endurações e o acúmulo de alimentos, estimula a circulação sangüínea e remove a estagnação de sangue. Nos casos de inserção tonificante, o ponto **F-13** fortalece o Baço.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Baço, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de afecções do sistema digestório.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou, preferencialmente, oblíqua para fora.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 0,8-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, às vezes com propagação em direção ao abdome.

Atenção: a inserção profunda da agulha é contra-indicada, sobretudo, do lado direito, quando o fígado estiver aumentado ou, do lado esquerdo, quando o baço estiver aumentado.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou lateral ou sentado.

- O paciente pressiona o cotovelo flexionado em um ângulo de 90º contra a região lateral do tórax.
- A extremidade livre da 11ª costela encontra-se abaixo da extremidade do olécrano e o ponto **F-13** localiza-se na margem ântero-inferior da extremidade da costela.

Posição da Agulha *in situ*

QIMEN Portal temporário

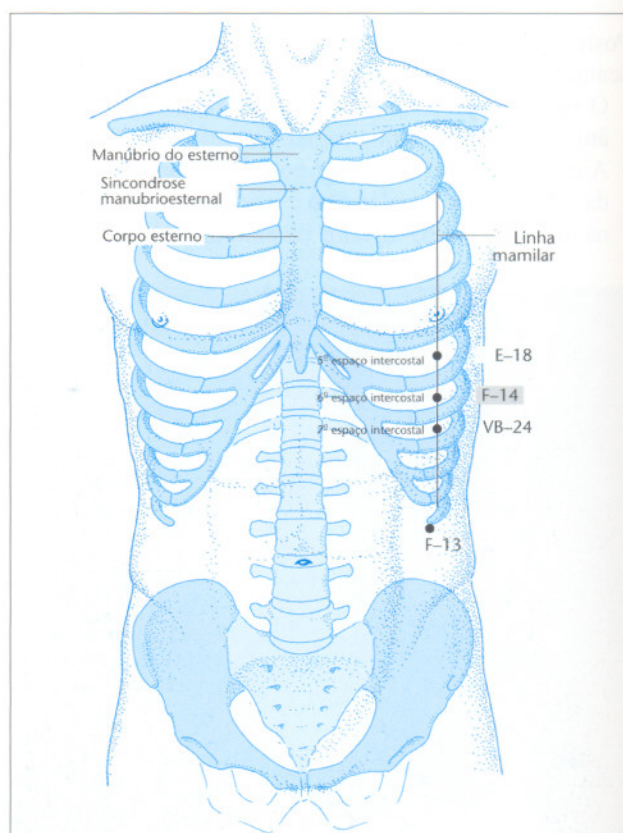
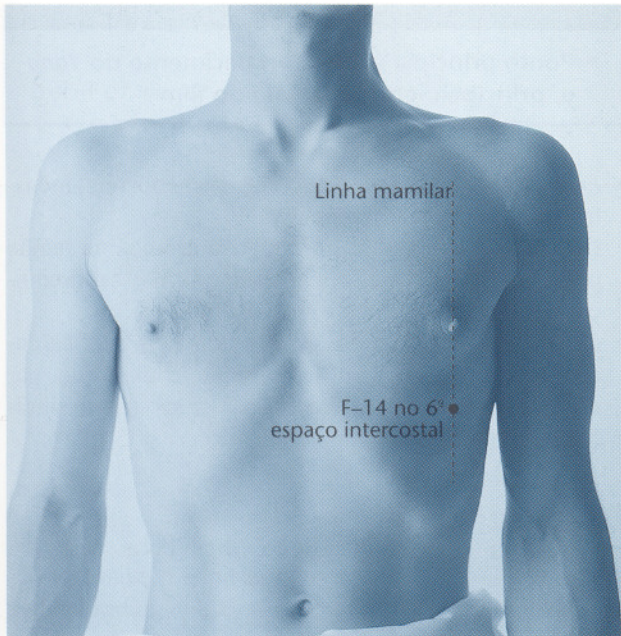
- Ponto *Mo* do Fígado
- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Baço-Pâncreas e com o Meridiano Extraordinário *Yin Wei Mai*

Local: dores, sensações de plenitude e de tensão no tórax e no hipocôndrio, neuralgia intercostal e mastite.

Geral:

- *Afecções do trato gastrintestinal* tais como distúrbios do apetite e da digestão ("o *Qi* do Fígado ataca o estômago"), vômitos, refluxo de ácido, soluço e meteorismo.
- *Afecções hepáticas e da vesícula biliar* como, por exemplo, hepatite e colecistite.
- Dores no epigástrio e no tórax, bem como nos casos de pleurite seca.
- Distúrbios da lactação (causados pela estagnação de *Qi* do Fígado) e corrimento vaginal intenso (provocado pelo calor do sangue).

Localização

No 6º espaço intercostal, sobre a linha mamilar.

Função Tradicional

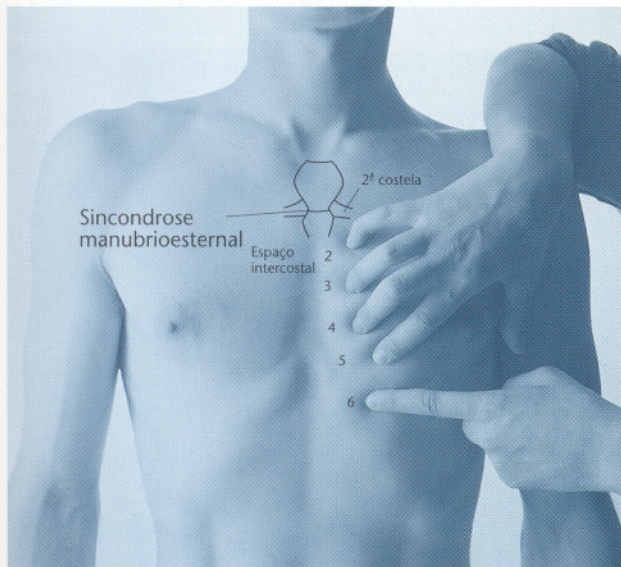
Apazigua o Fígado e estimula o fluxo harmônico de seu *Qi*, estimula a circulação sangüínea e remove a estagnação de sangue, regula as funções do Fígado e do Baço, relaxa o tórax, refresca o calor do sangue.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Meridiano Principal do Fígado, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de afecções hepáticas e da vesícula biliar.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Orientação na região intercostal: palpar a transição entre o manúbrio e o corpo do esterno (sincondrose manubrioesternal); lateral a esta região, encontra-se a inserção da 2ª costela.
- O espaço intercostal abaixo dela é o 2º espaço intercostal; a partir deste, ir contando os espaços intercostais até chegar no 6º.
- O ponto **F-14** localiza-se no 6º espaço intercostal, na linha mamilar e acima do ponto **VB-24** (que fica no 7º espaço intercostal).

Punção

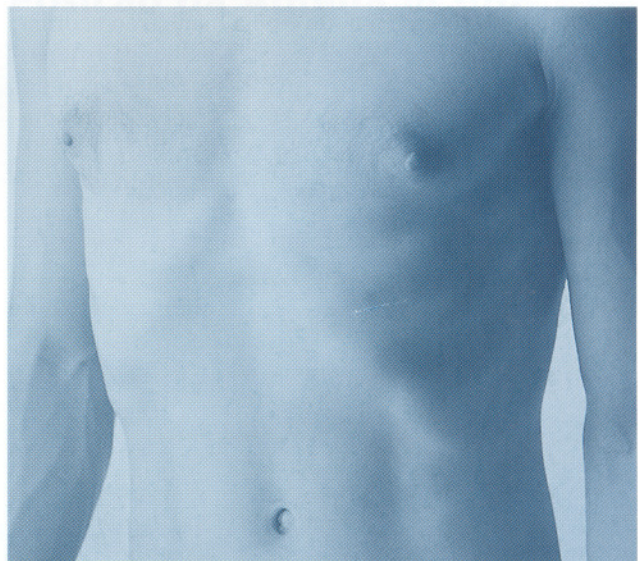
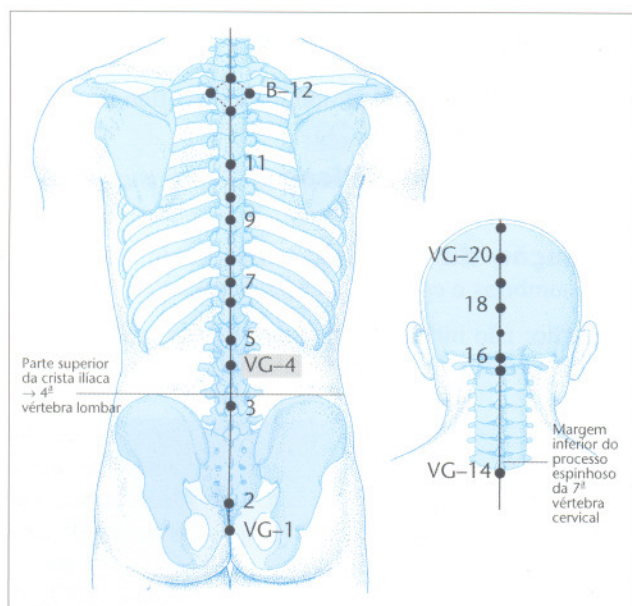
Direção da Picada: oblíqua em sentido lateral no trajeto da costela.

Profundidade da Picada: 0,4-0,8 *tsun* (W: 0,6-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso sombrias e com propagação local.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de pneumotórax!

Posição da Agulha *in situ*

MINGMEN Portal da vida

- **Ponto principal para o fortalecimento do *Yang* e, principalmente, do *Yang* do Rim**

Função Tradicional

Tonifica o *Yang* do Rim (sobretudo com moxabustão) e aquece o portal da vida (*Mingmen*), nutre o *Qi* original (*Yuan-Qi*), estabiliza o *Jing* essencial do Rim e estanca o corrimento vaginal, elimina o frio, fortalece a região lombar e o joelho, relaxa os tendões e os ligamentos.

Indicação

Geral: estados crônicos de debilidade tanto físicos como psíquicos com sintomas de frio interno causados pela carência de *Yang* do Rim ou de *Jing* essencial:

- *Queixas na coluna lombar* com sensações de frio e de debilidade além de rigidez da coluna lombar (os sintomas melhoram à noite e pela manhã, ao acordar; contudo o cansaço os faz piorar); lombalgia isquiática, dores e fraqueza permanentes após operação dos discos intervertebrais, paresias e fraqueza nos membros inferiores.
- *Diarréia crônica* em casos de carência de *Yang* do Baço; diarréia ao amanhecer (diarréia das 5 horas; provocada pela carência de *Yang* do Baço e do Rim).
- *Incontinência urinária* ou enurese.
- *Cefaléia* resistente ao tratamento e com "sensação de prostração" causada pela sensação de peso na cabeça, cefaléia sombria e zumbido.
- *Distúrbios menstruais* tais como dismenorréia, menstruação irregular e amenorréia.
- Dores no baixo ventre, inflamação crônica na região pélvica, endometrite, corrimento vaginal esbranquiçado e infertilidade.
- *Distúrbios das funções sexuais* causados pela carência de *Yang* do Rim ou de *Jing* essencial, como, por exemplo, impotência, ejaculação precoce, diminuição da libido ou espermatorréia noturna.

Localização

O ponto **VG-4** localiza-se sobre a linha mediana posterior, abaixo do processo espinhoso da 2ª vértebra lombar.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua em sentido cranial.

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 0,5-2 cm), a medula espinal termina entre a L1 e a L2, por isso não há riscos de causar ferimentos na medula espinal mesmo com inserções profundas.

Sensação da Agulha: sensações locais de peso e de tensão de caráter sombrio e com propagação lateral.

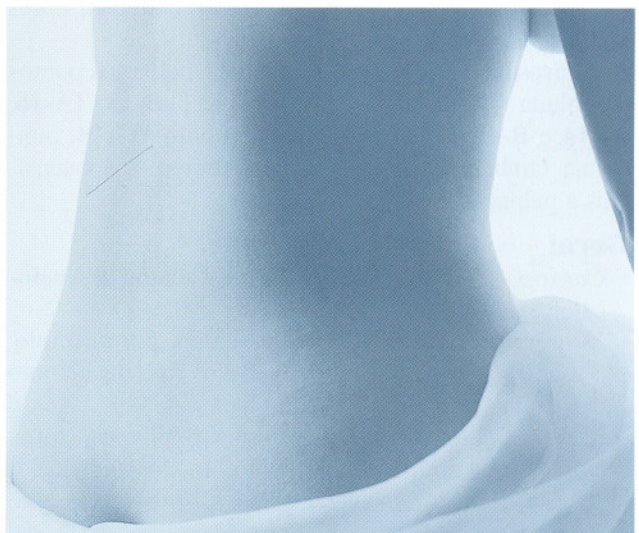
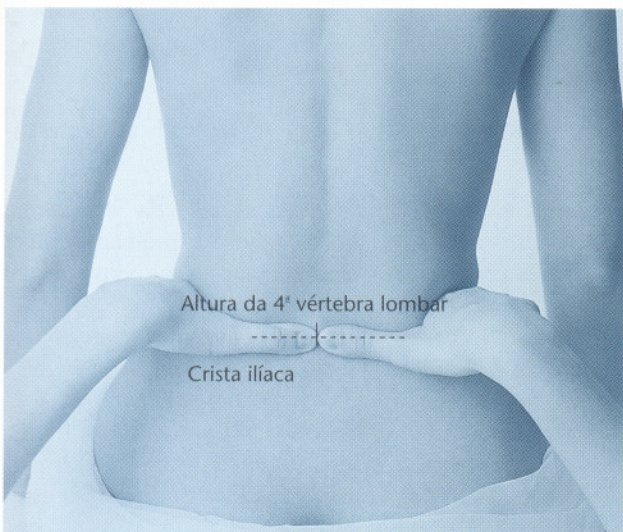
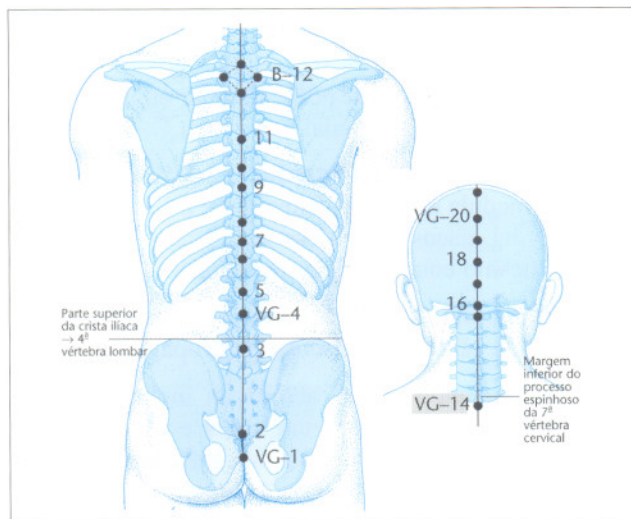
Atenção: segundo alguns autores, a moxabustão em pacientes com menos de vinte anos e a sedação do ponto são contra-indicadas. O ponto sofre intenso aquecimento, por isso a moxabustão é indicada somente nos casos de (forte) carência de *Yang* do Rim ou de um enfraquecimento do *Qi* original (*Yuan-Qi*) com sintomas evidentes de frio interno (língua pálida, nenhum indício de calor em parte alguma do corpo)!

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado; se o paciente sofrer de intensa lordose lombar, pode-se colocar um travesseiro sob seu baixo-ventre, quando ele estiver em decúbito ventral.

- Localização a partir da crista ilíaca: a 4ª vértebra lombar encontra-se na mesma altura que essa crista (a margem inferior do processo espinhoso dessa vértebra, em geral, fica um pouco mais abaixo); a partir dela ir contando (para cima) até chegar na 2ª vértebra lombar.
- O ponto **VG-4** localiza-se abaixo do processo espinhoso da 2ª vértebra lombar, sobre a linha mediana posterior (na altura do ponto **B-23**).

Posição da Agulha *in situ*

DAZHUI Grande vértebra

- **Ponto de associação com todos os Meridianos *Yang***
- **Ponto com vigorosa ação local para aliviar as dores**

- A associação dos pontos **B-11** e **VG-14** ("o mágico triângulo inferior") tem ação relaxante e calmante.

Localização

O ponto **VG-14** localiza-se sobre a linha mediana posterior, abaixo do processo espinhoso da 7ª vértebra cervical (vértebra proeminente).

Função Tradicional

A ação depende da técnica de inserção utilizada:

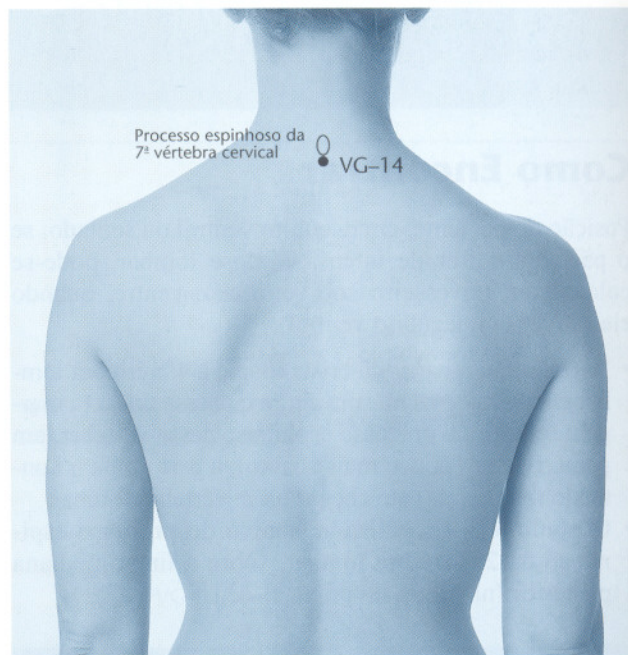
- *Com a técnica sedativa* (forte estimulação), o ponto dissipa os fatores externos patogênicos, como o vento-calor dos Meridianos *Yang*, desobstrui a superfície do corpo e dissipa o calor interno (em qualquer síndrome com calor interno, aplicável também nos casos de calor perverso no *Yin*).
- *Com a técnica tonificante* e com moxabustão, o ponto fortalece o *Yang* (aplicável em qualquer caso de carência de *Yang*) e faz circular o *Yang-Qi* através do corpo, clareia o cérebro e acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local e Relacionada ao Meridiano: dor de cabeça na região occipital, síndrome da coluna cervical, torcicolo, rigidez na nuca, tensão, cãibras e dores na musculatura do pescoço.

Nos casos de dor de cabeça e na nuca, palpar os pontos da coluna (**B-10**, **VB-20**, **VB-21**, **B-11**, **B-13**, **TA-15**, **ID-14** e **B-43**); juntamente com o ponto **VG-14**, puncionar também aqueles pontos que forem mais sensíveis à palpação.

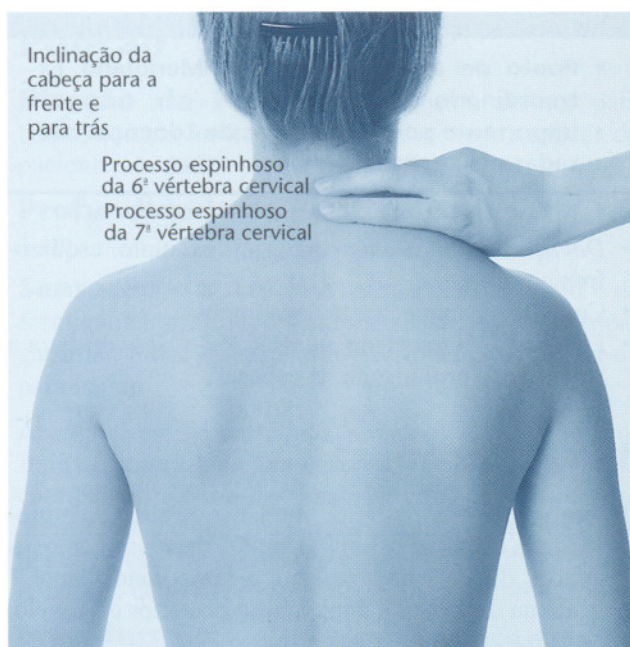
Geral:

- *Constipações febris* (causadas pelo ataque de vento-calor externo) e laringite.
- *Doenças das vias respiratórias* como, por exemplo, asma brônquica e bronquite com sintomas como tosse e dispnéia.
- Estados de agitação, esquizofrenia e epilepsia (torna a "plenitude do Vaso Governador" mais profunda).
- Acessos de calor, urticária e eczema provocado pelo vento-calor.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou, preferencialmente, sentado.

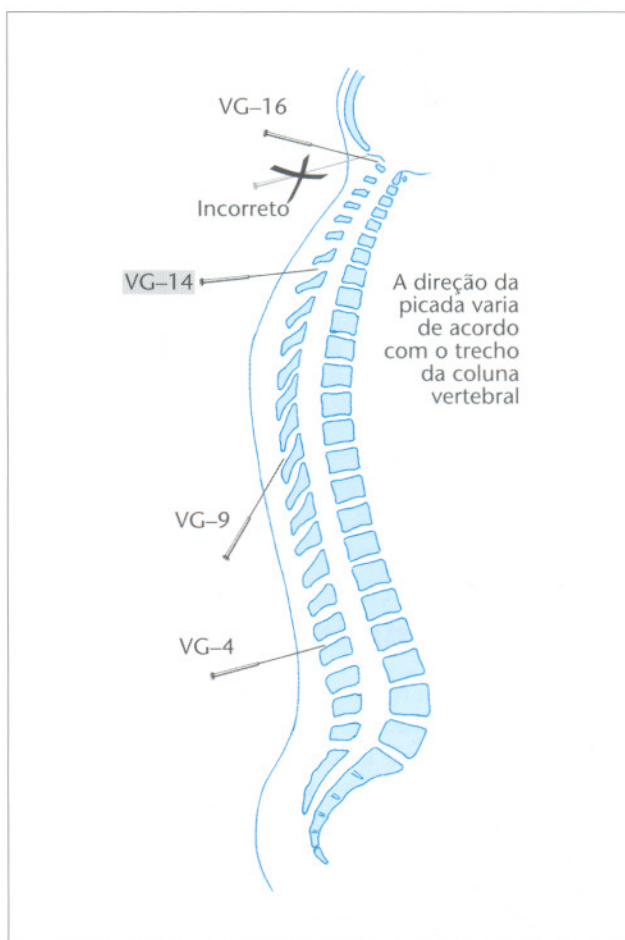
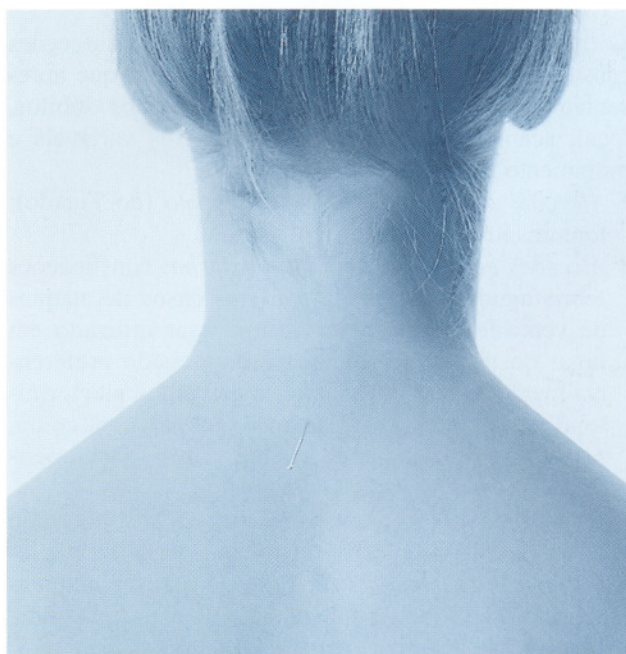
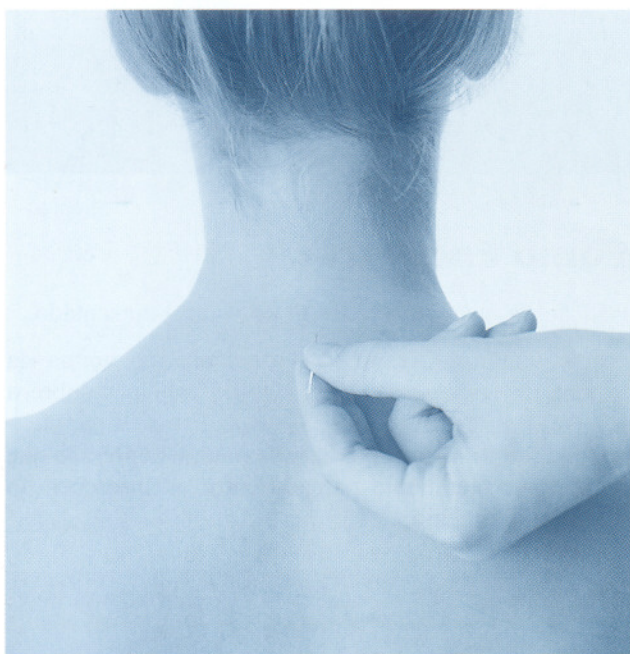
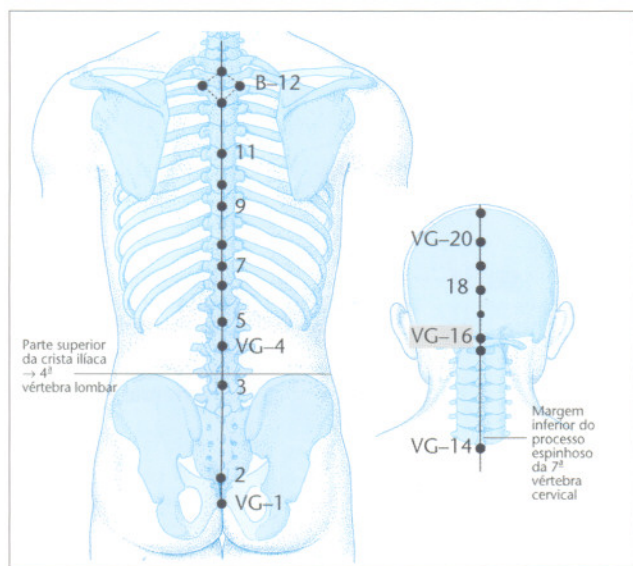
- Identificação do processo espinhoso da 7ª vértebra cervical: colocar os dedos médio e indicador sobre aqueles processos espinhosos que se supõem serem o da 6ª e o da 7ª vértebra cervical.
- Pedir, então, ao paciente que ele incline a cabeça para a frente e para trás (flexão e extensão).
- Se a posição dos dedos estiver correta, será possível sentir a 6ª vértebra cervical deslizando para a frente, enquanto a 7ª vértebra permanece imóvel.
- O ponto **VG-14** encontra-se abaixo do processo espinhoso da 7ª vértebra cervical.

DAZHUI Grande vértebra

VG-14

Punção

Direção da Picada: ligeiramente oblíqua para cima.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão, de formigamento e de peso e adormecimento sombrios com propagação até as costas ou pelos ombros.

Posição da Agulha *in situ*

FENGFU Palácio do vento

- **Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Yang Wei Mai***
- **Importante ponto nos casos de "doenças causadas pelo vento"**

Função Tradicional

A ação depende da técnica de inserção utilizada:

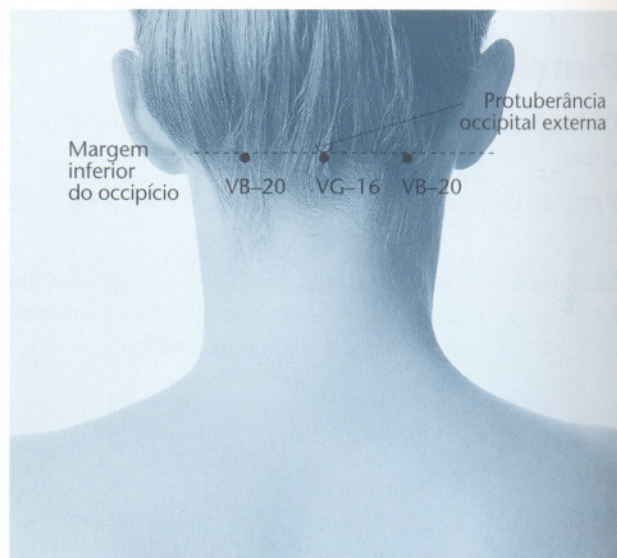
- *Com a técnica sedativa* (forte estimulação), o ponto dissipa os fatores externos patogênicos como o vento-frio, desobstrui a superfície do corpo, modera o vento interno (juntamente com o ponto **VB-20**, ele constitui o conjunto dos pontos mais importantes para dissipar o vento).
- *Com a técnica tonificante*, o ponto fortalece as funções do cérebro e clareia o *Shen*-mente.

Indicação

Geral: este ponto tem aplicação em todas as afecções causadas pelo "vento interno ou externo" e que apresentem as seguintes características: acessos súbitos, localização e/ou intensidade das queixas variáveis e movimento involuntário.

- *Afecções causadas pelo vento interno* (do Fígado): tonturas, tremor, tiques e parestesias.
- *Afecções causadas pelo vento externo*: constipações febris agudas (principalmente nos casos de ataques de vento-frio, este ponto costuma ser utilizado em lugar do ponto **VG-14**, que é empregado preferencialmente nos casos de ataques de vento-calor), rinite alérgica, sinusite, inflamações na garganta como, por exemplo, faringite e laringite, paresia facial periférica e conjuntivite.
- *Afecções neurológicas na região da cabeça* tais como distúrbios da circulação sangüínea cerebral, apoplexia com seqüelas como hemiplegia e, principalmente, afasia, epilepsia e convulsões.
- Hipertônus, insônia e alergias.
- *Doenças psiquiátricas* como, por exemplo, esquizofrenia e mania.
- Cefaléia, enxaqueca e tontura intensa.
- Este ponto é associado ao **Ex-CP-3** (*Yintang*) para a "inundação prolongada da cabeça".

Localização

Na linha mediana posterior, diretamente abaixo da protuberância occipital externa, em uma depressão entre as inserções do músculo trapézio, a aproximadamente 1 *tsun* acima da linha de implantação posterior do cabelo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito ventral ou sentado.

- Palpar a protuberância occipital externa acima da linha de implantação posterior do cabelo e sobre a linha mediana; o ponto **VG-16** localiza-se diretamente abaixo desta protuberância, em uma depressão que pode ser facilmente palpada entre as inserções do músculo trapézio.

 O ponto **VG-16** localiza-se, aproximadamente, na mesma altura do ponto **VB-20**.

Punção

Direção da Picada: ligeiramente oblíqua para baixo; quando for inserir a agulha, inclinar a cabeça do paciente um pouco para a frente.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de formigamento locais e sombrias, às vezes com propagação ao longo do trajeto do Meridiano, para cima ou para baixo.

Atenção: este é um ponto perigoso! A inserção profunda é contra-indicada. Não faça nenhuma estimulação! Não direcione a agulha para cima devido ao risco de inserção na cisterna cerebelobulbar posterior (também é o local de inserção para a punção suboccipital). A agulha deve ficar localizada no ligamento nucal.

Moxabustão: segundo alguns autores, a moxabustão direta é contra-indicada.

Posição da Agulha *in situ*

BAIHUI Cem reuniões

- **Ponto de associação com todos os Meridianos *Yang* e com o Meridiano Principal do Fígado**
- **Importante ponto de tranqüilização**

- Cefaléia, principalmente na região parietal; enxaqueca; tonturas e perturbações; zumbido.
- Ponto distante para os casos de hemorróidas e de prolapso do ânus e do útero; a moxabustão direta deste ponto tonifica o *Yang* e ajuda a intensificar as funções do baço.
- Para os casos de emergência (p. ex., para reanimar alguém em casos de perda da consciência), associar o ponto **VG-20** aos pontos **VG-26** e **CS-6**.

Localização

Na intersecção da linha de união entre as extremidades de ambas as orelhas com a linha mediana (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), no alto da cabeça, a 7 *tsun* da linha de implantação posterior do cabelo e a 5 *tsun* da linha de implantação anterior. Em geral, pode-se palpar uma pequena depressão no local onde o ponto se encontra. Essa depressão, com freqüência, dói ao ser tocada (é sensível à palpação).

Função Tradicional

A ação depende da técnica de inserção utilizada:

- Com a técnica sedativa (forte estimulação), o vento interno do Fígado, resultante do aumento de *Yang* do Fígado, é contido e conduzido para baixo.
- Com a técnica tonificante, o *Yang* claro é dirigido para a cabeça para a reanimação, a mente é clareada e os receptores dos sentidos são desobstruídos.
- A moxabustão (direta) do ponto sobre uma fatia de gengibre eleva o *Yang* do Baço e o *Qi* decrescente dos órgãos.

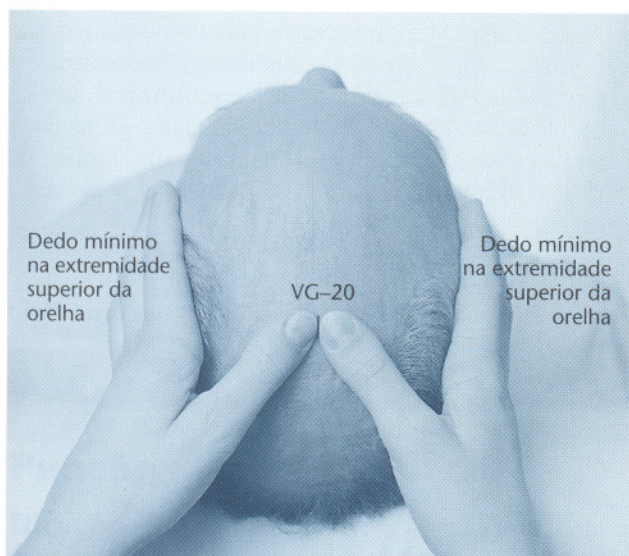
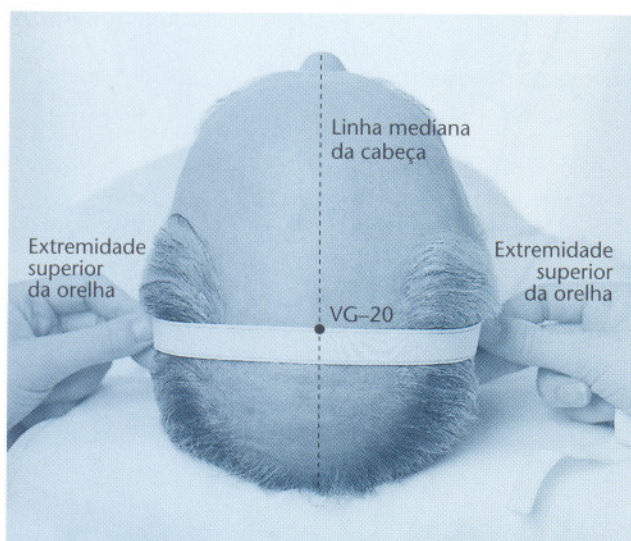
Indicação

Geral: este ponto de sedação bastante eficaz age como um harmonizador psíquico e ele pode ser associado ao ponto **Ex-CP-1** (*Sishencong*, localização: 4 pontos a cada 1 *tsun* anterior, posterior e lateral ao ponto **VG-20**) como forma de intensificar a sua ação.

- *Distúrbios psíquicos* tais como mania e esquizofrenia.
- *Síndromes psicovegetativas* como, por exemplo, estados de agitação e de ansiedade, medo, distúrbios do sono, síndromes de abstinência nos casos de pacientes dependentes de qualquer tipo de vício, depressões; ele pode ser empregado, também, como um ponto de sedação na obstetrícia.
- *Distúrbios neurológicos* tais como distúrbios do equilíbrio e problemas de memória, convulsões e epilepsia, distúrbios da circulação sangüínea cerebral, apoplexia e seqüelas apopléticas como distúrbios da fala e hemiplegia.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

1ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão: posteriormente, colocar ambas as mãos nas laterais da cabeça, uma à esquerda e a outra à direita; dessa forma, cada dedo mínimo tocará a extremidade superior de cada uma das orelhas. Em seguida, deve-se unir os dois polegares sobre a linha mediana, no alto da cabeça, e eles, então, estarão apontando para o ponto **VG-20**.

2ª Forma de Localização: utilizar uma fita de borracha flexível unindo as extremidades superiores de ambas as orelhas. O ponto **VG-20** encontra-se na intersecção dessa fita com a linha mediana, no alto da cabeça.

Punção

Direção da Picada: subcutânea para trás (ação sedativa) ou para a frente (ação tonificante).

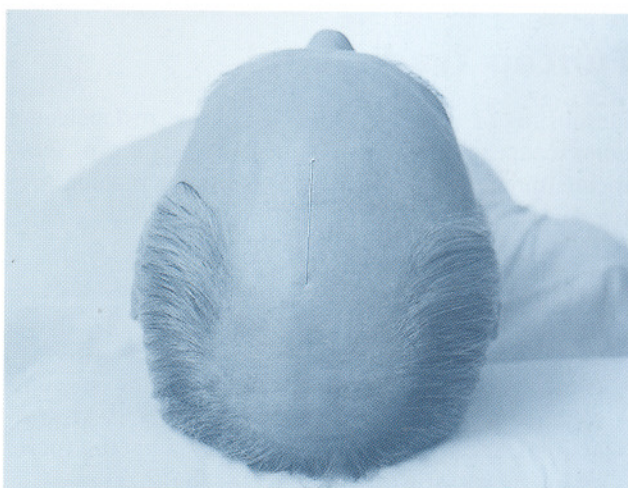
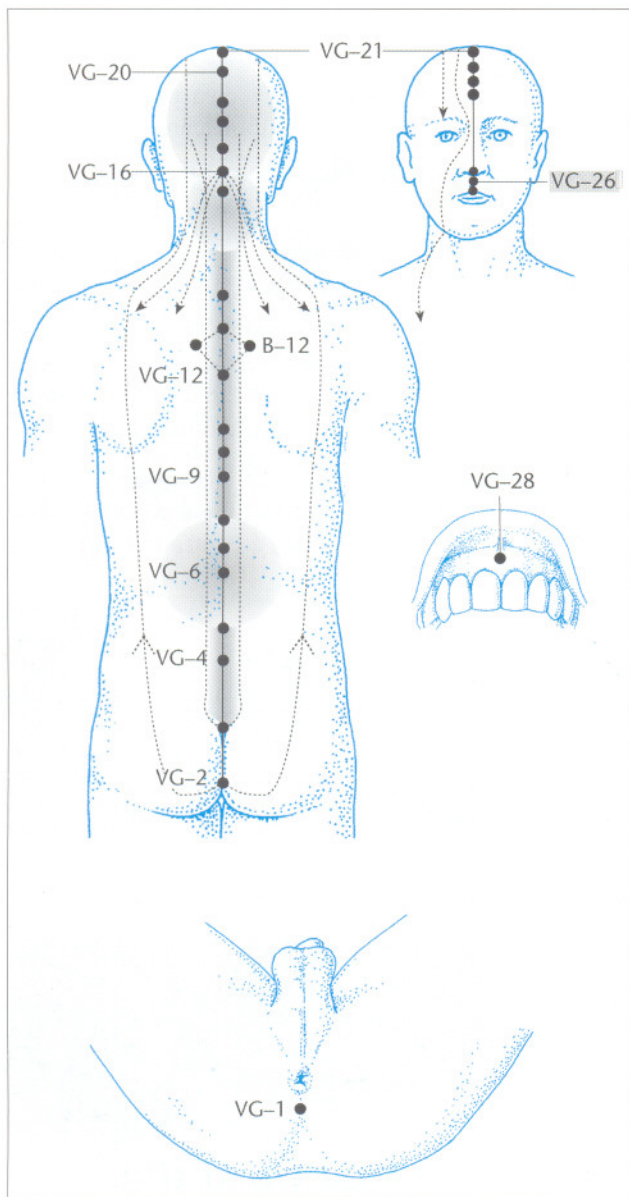
Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão sombria e dor no local, com propagação até a região da testa.

Atenção: Para os pontos no crânio, faça em seguida uma boa compressão do ponto, senão existe o risco de sangramentos posteriores. Não se esqueça de inutilizar a agulha depois da sessão de acupuntura.

Moxabustão: Nos casos de sintomas de calor (indícios: por exemplo, corpos da língua avermelhados) ou de hipertônus, a moxabustão é contra-indicada!

Posição da Agulha *in situ*

SHUIGOU Centro do ser humano

- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Intestino Grosso e do Estômago**
- **Ponto principal para casos de emergência agudos**

Função Tradicional

Desobstrui os receptores dos sentidos e restabelece a consciência (estimula a reanimação), acalma o *Shen*-mente, modera o vento, refresca e elimina o calor, protege a coluna vertebral lombar.

Indicação

Geral:

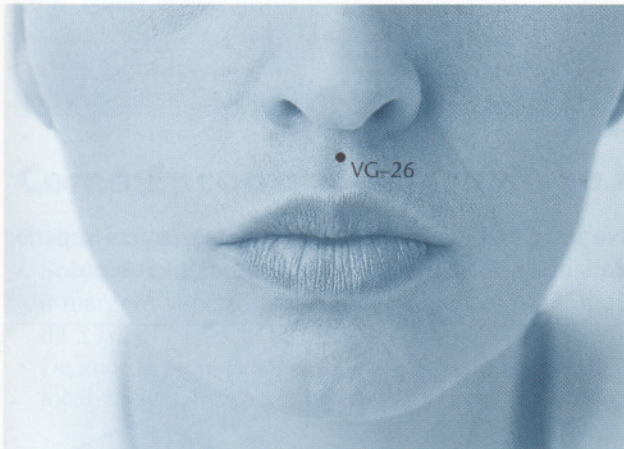
- *Estados de choque agudos*, de todos os tipos e acompanhados de perda da consciência, choque (normovolêmico), acessos de calor e síncope da agulha (neste caso, é necessária a retirada da agulha).
- Convulsão infantil e ataques epiléticos (na maioria das vezes, este tipo de ataque pode ser interrompido na mesma hora).
- Tiques na musculatura dos olhos e da boca, edema facial e cefaléia.
- Ataques histéricos, psicoses e ataques de pânico.
- Lumbago agudo (somente quando a área dolorida for diretamente na coluna); neste caso utilizar a técnica de inserção sedativa da agulha enquanto o paciente realiza exercícios de movimentação na região da coluna lombar (inclinação para a frente e para trás).

Localização

Abaixo do nariz, no terço superior do sulco do lábio superior (filtro).

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal, ou sentado, ou ainda em pé (nos casos de estimulação do ponto distante).

- Procurar o filtro abaixo do nariz; o ponto **VG-26** localiza-se logo acima do ponto médio do filtro, na linha mediana.

Punção

Direção da Picada: oblíqua para cima; com a mão que estiver livre, manter, então, a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5 cm).

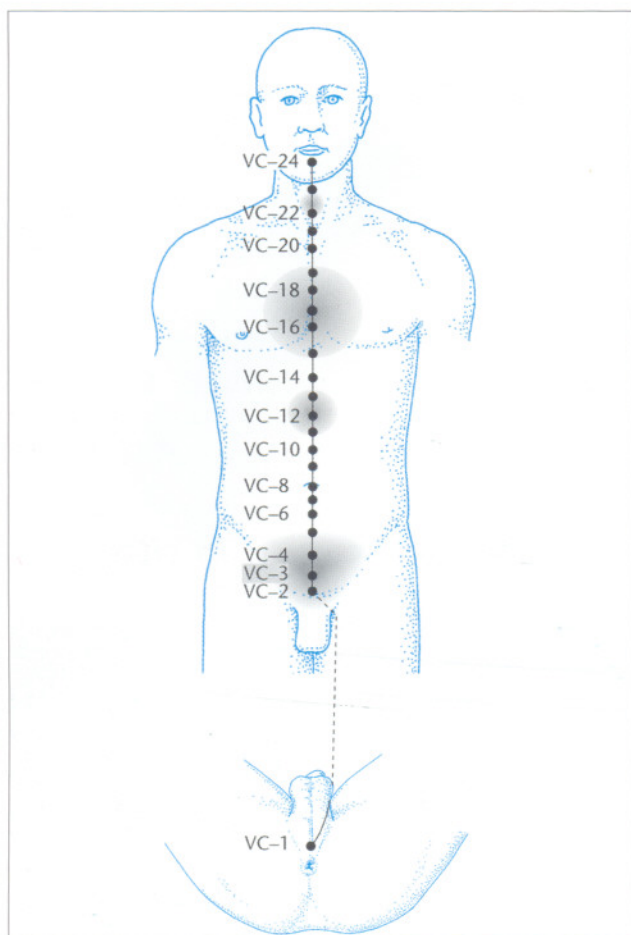
Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso sombrias e dor no local.

Atenção: punção dolorosa!

> **!**
> - Em casos de emergência, sempre estimule o ponto intensamente.
> - Se, quando os casos de emergência ocorrerem, você não tiver nenhuma agulha de acupuntura à mão, utilize, então, cânulas pontiagudas.
> - Alternativa: realize intensa acupressão do ponto, utilizando a unha do polegar ou do dedo indicador e envolvendo o queixo com essa mesma mão como forma de aplicar resistência.

Posição da Agulha *in situ*

ZHONGJI Pólo do meio

- Ponto *Mo* da Bexiga
- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Fígado, do Rim e do Baço-Pâncreas
- Importante ponto nos casos de doenças dos sistemas urinário e genital com ação principal sobre a bexiga (sobretudo nas síndromes de plenitude)

Função Tradicional

Regula o fluxo de *Qi* e elimina a umidade-calor no aquecedor inferior, regula o útero; quando se faz uma inserção tonificante, o ponto **VC-3** fortalece a Bexiga.

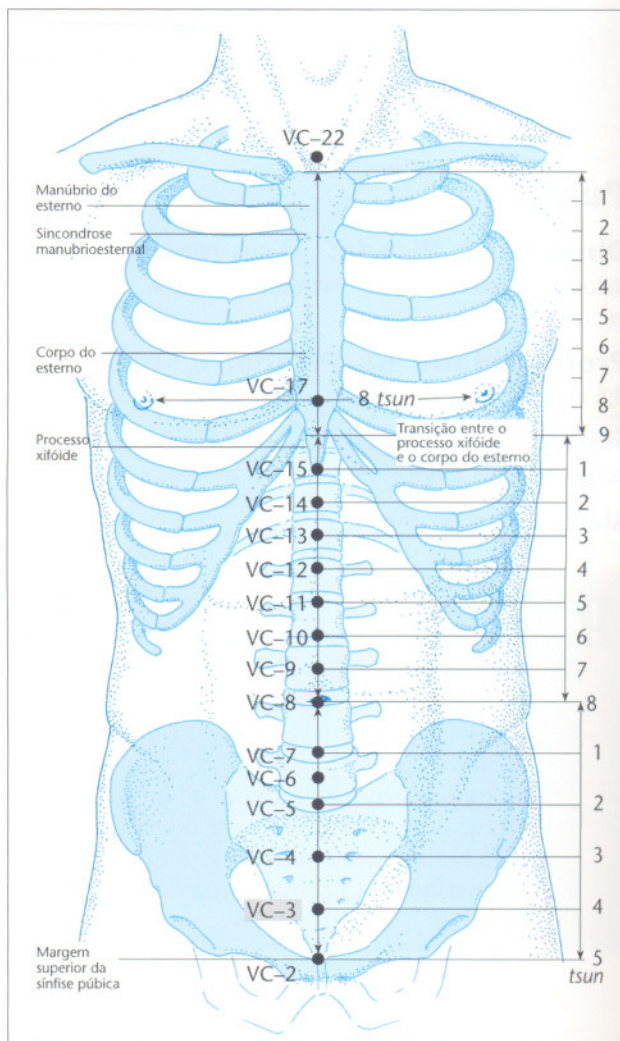
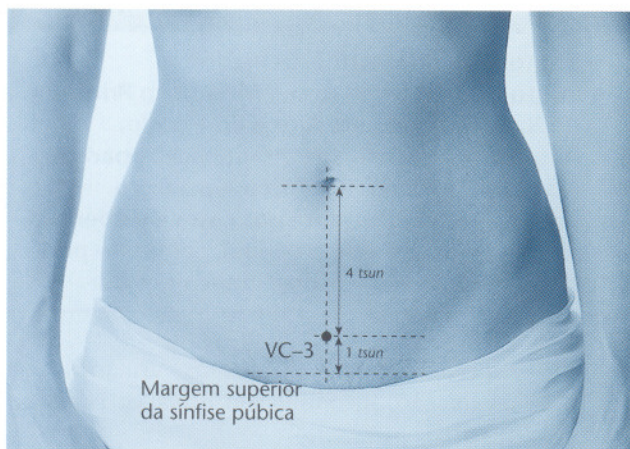
Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Meridiano Principal da Bexiga, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de afecções da bexiga e das vias urinárias.

Geral:

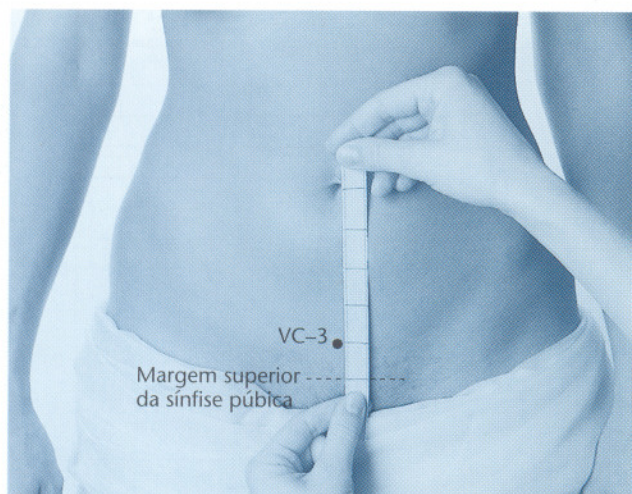
- *Afecções urológicas*: distúrbios da micção tais como disúria, urgência miccional e incontinência urinária; iscúria, enurese noturna e infecção aguda das vias urinárias (neste caso, associado aos pontos **BP-6**, **BP-9** ou **F-5**).
- *Afecções ginecológicas*: distúrbios menstruais como, por exemplo, dismenorréia, amenorréia, metrorragia e menstruação irregular; infertilidade, corrimento vaginal, inflamações na região pélvica, prolapso do útero, sangramento pós-parto, placenta retida, dores puerperais e dores e prurido nos genitais externos.
- *Distúrbios das funções sexuais*: impotência, ejaculação precoce, espermatorréia e prostatite inespecífica.

Localização

Na linha mediana, a 1 *tsun* acima da margem superior da sínfise púbica, ou a 4 *tsun* abaixo do umbigo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- Sobre a linha mediana do abdome, a distância entre a margem superior da sínfise púbica e o umbigo é de 5 *tsun*.
- De acordo com esta escala de valores, o ponto **VC-3** localiza-se a 1 *tsun* acima desta margem da sínfise.

> **!** A medição *tsun* na região do baixo ventre deve ser feita somente a partir da divisão proporcional com o *tsun* do corpo. Nesta região, a medição com o *tsun* do polegar é imprecisa por causa das diferenças individuais no tamanho do abdome. Para a rápida e exata localização do ponto, recomenda-se o uso de uma fita de borracha flexível dividida em 5 *tsun*.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-2 cm).

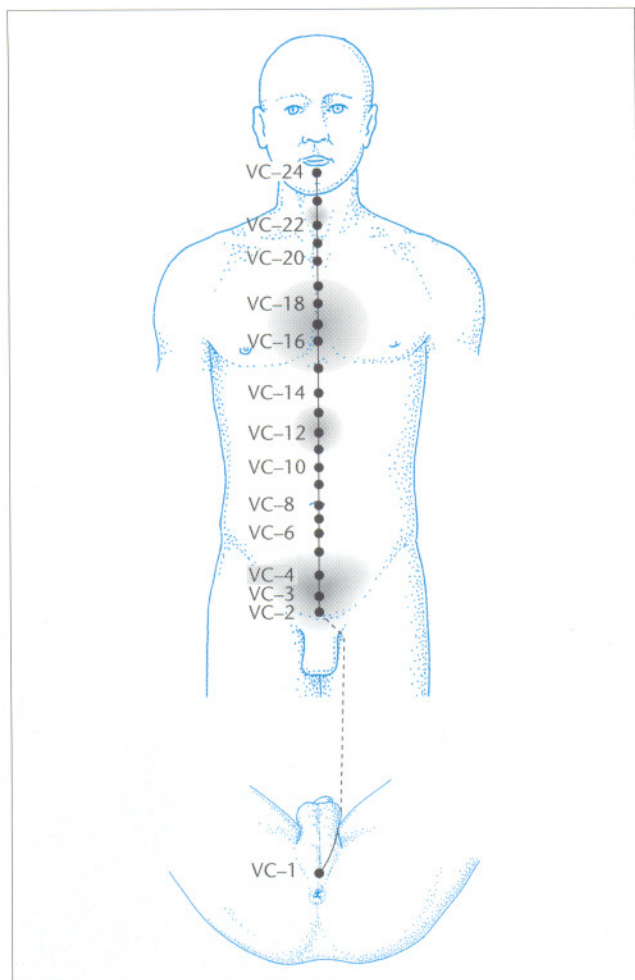
Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios, com propagação até a região púbica.

Atenção: é contra-indicada durante a gravidez! Antes da punção, peça ao paciente que esvazie a bexiga.

Moxabustão: é contra-indicada se houver sinais de calor (indício: corpo da língua avermelhado). A moxabustão só deve ser aplicada se o corpo da língua estiver pálido.

Posição da Agulha *in situ*

GUANYUAN Barreira da fonte

- Ponto *Mo* do Intestino Delgado
- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Baço-Pâncreas, do Rim e do Fígado
- Importante ponto de tonificação para os casos de esgotamento físico e psíquico
- Ponto muito importante nos casos de doenças dos sistemas urinário e genital, com ação principal sobre as nosografias ginecológicas

Função Tradicional

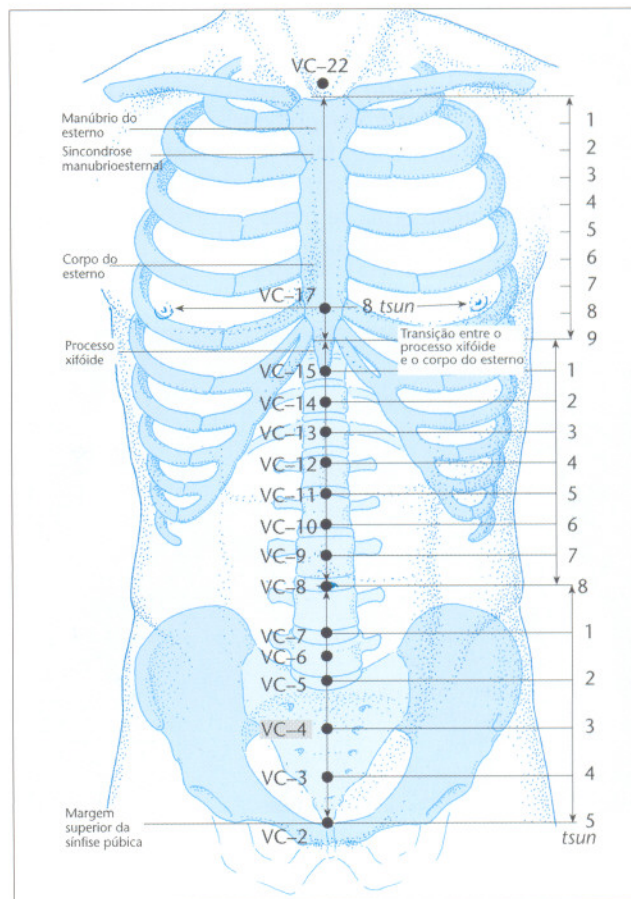
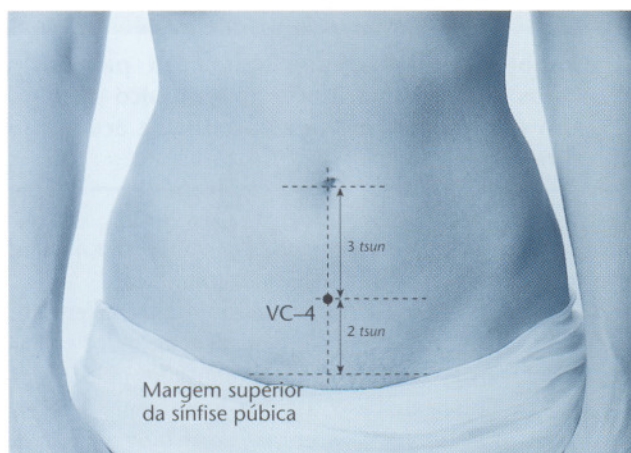
Fortalece o Rim, fortalece o *Yang* e o *Qi* original (*Yuan-Qi*) sobretudo com moxabustão, nutre o sangue e o *Yin* sobretudo com a técnica de inserção tonificante, aquece e regula os órgãos reprodutores e suas funções, aquece o útero e regula a menstruação, elimina o frio e a umidade do aquecedor inferior.

Indicação

Geral:

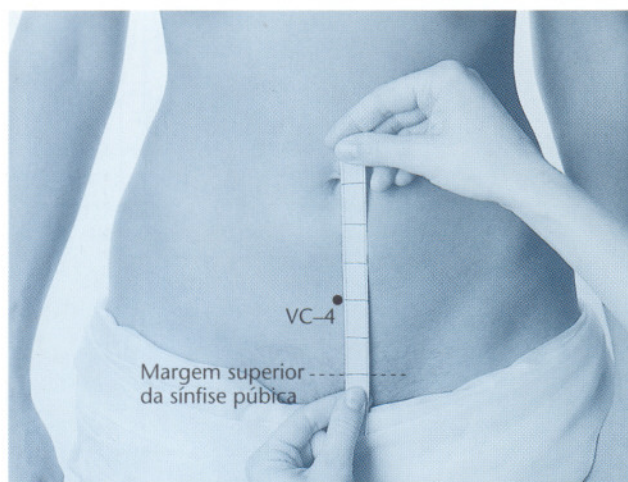
- *Afecções ginecológicas*: distúrbios menstruais como, por exemplo, dismenorréia, amenorréia, menstruação irregular e metrorragia; infertilidade, síndrome pré-menstrual; corrimento vaginal esbranquiçado, inflamações crônicas na região pélvica e tumores no baixo ventre, principalmente em mulheres; na obstetrícia, nos casos de sangramento pós-parto intermitente, dores puerperais (nestes casos, associado ao ponto **BP-6**) e placenta retida; prolapso do útero e queixas climatérias.
- *Afecções urológicas*: infecção das vias urinárias, distúrbios da micção, incontinência urinária, iscúria e enurese noturna.
- *Distúrbios das funções sexuais*: impotência, espermatorréia e ejaculação precoce (neste caso, associado ao ponto **BP-6**).
- Dores paraumbilicais e no baixo-ventre, que pioram com aplicação a frio.

Localização

Na linha mediana, a 2 *tsun* acima da margem superior da sínfise púbica, ou a 3 *tsun* abaixo do umbigo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- Sobre a linha mediana do abdome, a distância entre a margem superior da sínfise púbica e o umbigo é de 5 *tsun*.
- De acordo com esta escala de valores, o ponto **VC-4** localiza-se a 3 *tsun* abaixo do umbigo.

> **!** A medição *tsun* na região do baixo ventre deve ser feita somente a partir da divisão proporcional com o *tsun* do corpo. Nesta região, a medição com o *tsun* do polegar é imprecisa por causa das diferenças individuais no tamanho do abdome. Para a rápida e exata localização do ponto, recomenda-se o uso de uma fita de borracha flexível dividida em 5 *tsun*.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

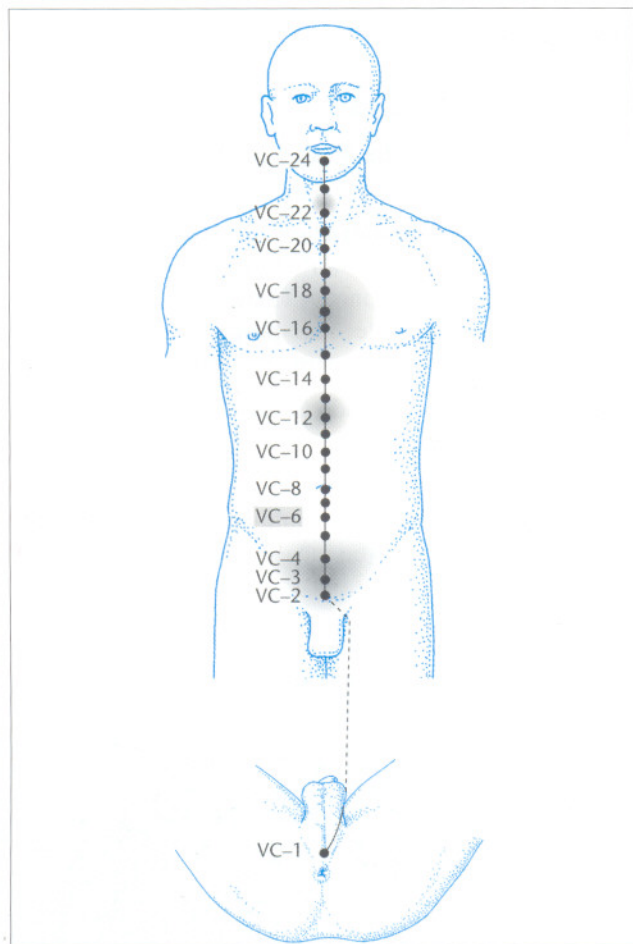
Profundidade da Picada: 0,5-1,2 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios ao longo do Meridiano Extraordinário Vaso Concepção até os órgãos genitais externos, eventualmente com propagação a partir do ponto **VC-4** lateralmente para cima ou para baixo.

Atenção: é contra-indicado durante a gravidez.

Moxabustão: é contra-indicada se houver sinais de calor (indício: corpo da língua avermelhado). A moxabustão é indicada somente se o corpo da língua estiver pálido.

Posição da Agulha *in situ*

VC-6 QIHAI Mar de energia

Função Tradicional

Tonifica o *Yang* e o *Qi* original (*Yuan-Qi*), fortalece e faz circular o *Qi* no corpo todo e remove a estagnação de *Qi*, aquece e fortalece o aquecedor inferior, dissipa a umidade (em associação com o ponto **BP-9**).

Indicação

Geral:

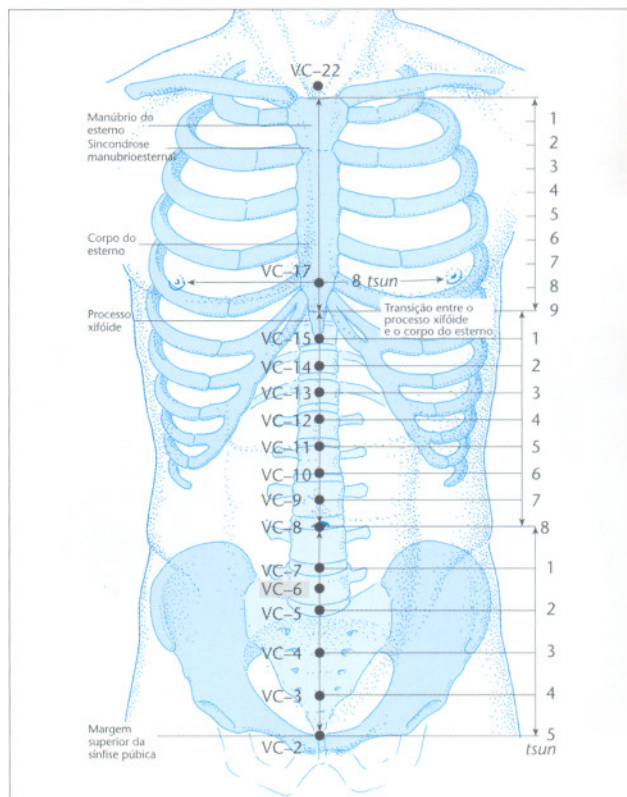
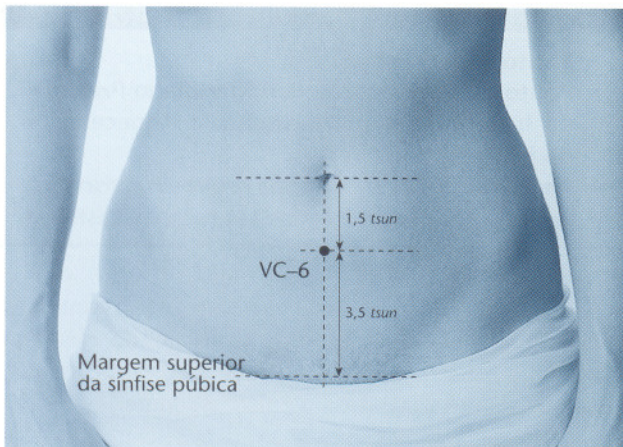
- Estados de inanição e de debilidade tanto físicos como psíquicos, circulação enfraquecida, depressão e perda da motivação, falta de força de vontade, estados de ansiedade, fadiga crônica e hipertônus.
- *Carência de* Yang com os seguintes sintomas: sensação interna de frio, extremidades frias, fezes moles, urina excessivamente diluída, dores paraumbilicais e no baixo-ventre.
- *Distúrbios menstruais* tais como dismenorréia, metrorragia e menstruação irregular.
- Infertilidade, afecções nos órgãos da pelve e prolapso do útero.

• Importante ponto de tonificação para os casos de esgotamento físico e psíquico
• Um dos mais importantes pontos de acupuntura

- *Distúrbios das funções sexuais* tais como impotência, ejaculação precoce e polução noturna.
- *Afecções do trato gastrintestinal* como, por exemplo, diarréia crônica, obstipação e meteorismo; dor e sensação de tensão no baixo-ventre (causadas pela estagnação de *Qi*), neste caso, associá-lo ao ponto **VB-34**.
- *Nos casos de umidade no aquecedor inferior* como, por exemplo, infecções das vias urinárias e corrimento vaginal (então, associado ao ponto **BP-9**).

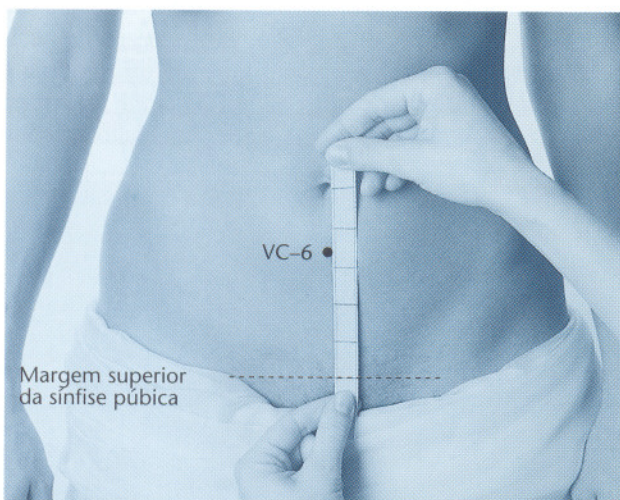
! Para se conseguir uma ação tonificante, é comum aplicar-se moxabustão neste ponto, associando-o ainda aos pontos **E-36** e **B-23**. Nos casos de distúrbios da reprodução, ele é, então, associado ao ponto **BP-6**.

Localização

Sobre a linha mediana, a 1,5 *tsun* abaixo do umbigo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- Sobre a linha mediana do abdome, a distância entre a margem superior da sínfise púbica e o umbigo é de 5 *tsun*.
- De acordo com esta escala de valores, o ponto **VC-6** localiza-se a 1,5 *tsun* abaixo do umbigo.

! A medição *tsun* na região do baixo ventre deve ser feita somente a partir da divisão proporcional com o *tsun* do corpo. Nesta região, a medição com o *tsun* dos dedos é imprecisa por causa das diferenças individuais no tamanho do abdome. Para a rápida e exata localização do ponto, recomenda-se o uso de uma fita de borracha flexível dividida em 5 *tsun*.

Punção

Direção da Picada: perpendicular.

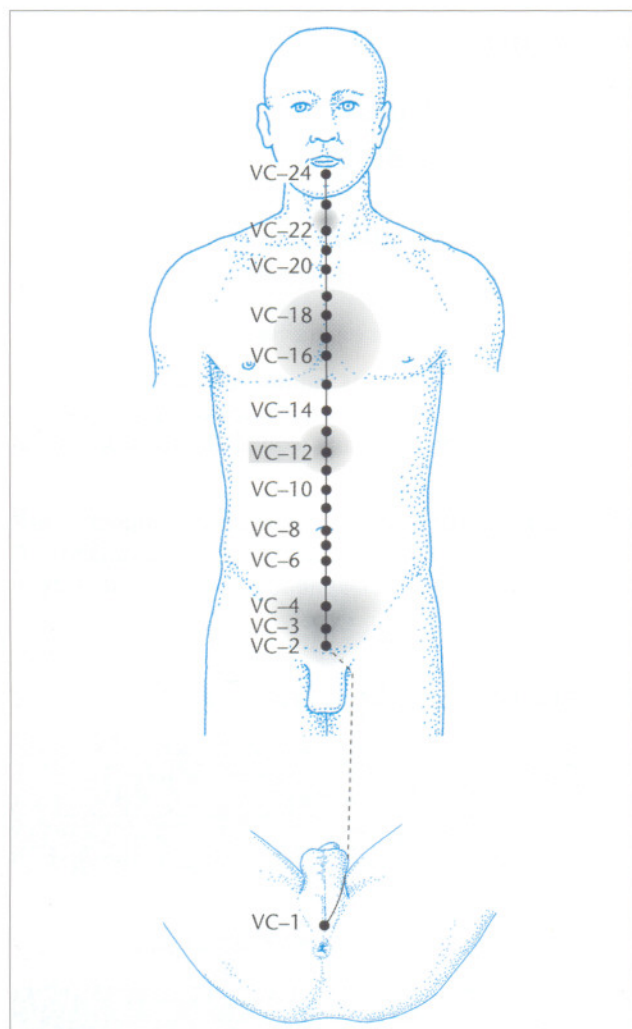
Profundidade da Picada: 0,8-1,2 *tsun* (W: 1-2,5 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios ao longo do vaso concepção até os órgãos genitais externos, eventualmente com propagação lateral para cima e para baixo.

Atenção: segundo alguns autores, devido ao fato deste ponto ter uma forte ação tonificante do *Qi*, ele não deve nunca ser inserido com uma técnica de inserção sedativa (forte estimulação).

Moxabustão: é contra-indicada se houver sinais de calor (indício: corpo da língua avermelhado). A moxabustão só deve ser aplicada se o corpo da língua estiver pálido.

Posição da Agulha *in situ*

ZHONGWAN Centro do estômago

Função Tradicional

Tonifica o Baço e o Estômago, regula o *Qi* do Estômago e torna seu *Qi* contracorrente mais profundo, transforma a umidade (por meio do fortalecimento das funções do Baço), alivia a dor.

Indicação

Diagnóstica: como ponto *Mo* do Meridiano Principal do Estômago, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação nos casos de afecções gástricas.

Geral:

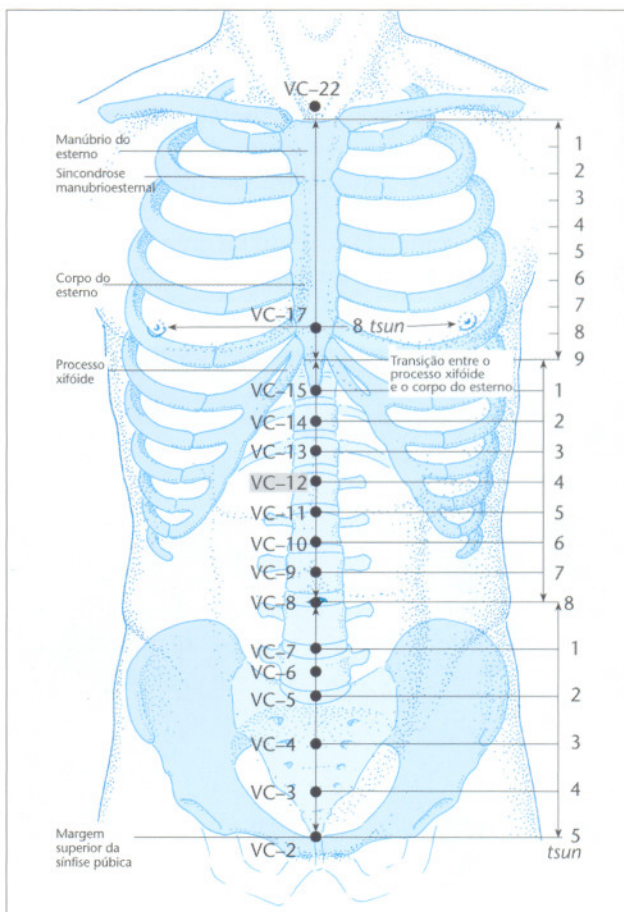
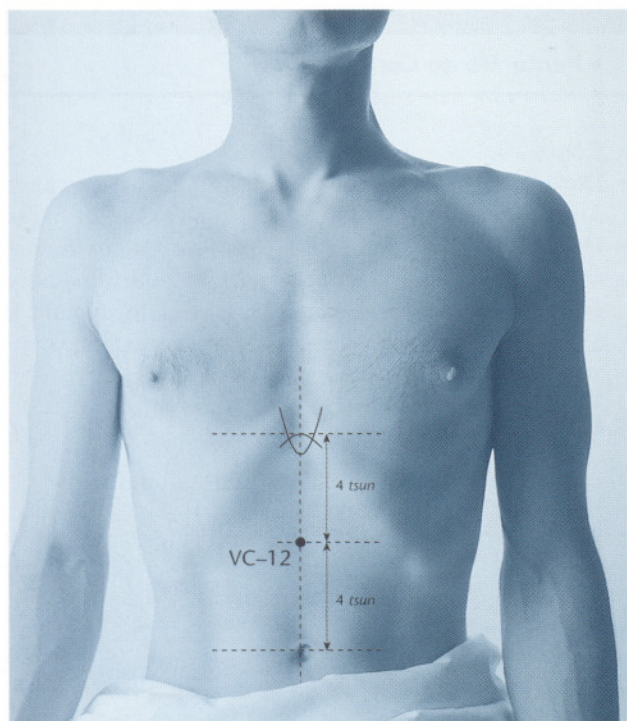
- *Afecções do trato gastrintestinal*: dor e sensação de plenitude no epigástrio, distúrbios do apetite e da digestão, enjôo, refluxo de ácido, vômitos, soluço, síndrome de Roemheld, gastrite aguda e crônica, úlceras gástricas e duodenais e meteorismo.
- Afecções hepáticas.

- **Ponto *Mo* do Estômago**
- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Intestino Delgado, do Triplo Aquecedor e do Estômago**
- **Ponto de influência dos seis órgãos *Fu* (vísceras)**
- **Ponto principal para todas as afecções gástricas**

- *"Distúrbios da umidade" no corpo*: são sintomas característicos deste estado: sensação de peso no corpo, dor sombria e fixa, secreções corporais turvas, edema, saburra pegajosa e pulso oscilante.

! Nos casos de síndromes de carência, associe este ponto ao **E-36**; já nos casos de síndromes de plenitude, associe-o aos pontos **VC-10**, **VC-11** ou **VC-13**.

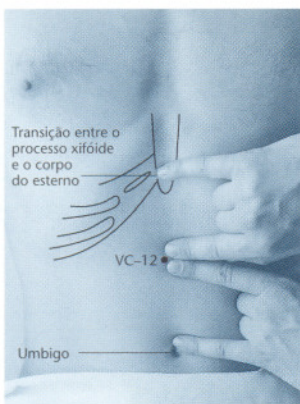
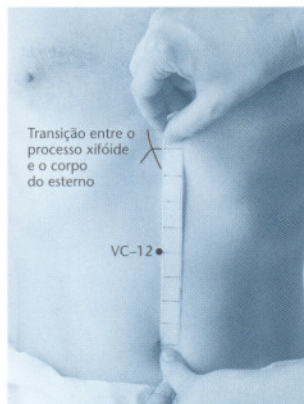
Localização

Na linha mediana, a 4 *tsun* (do corpo) acima do umbigo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

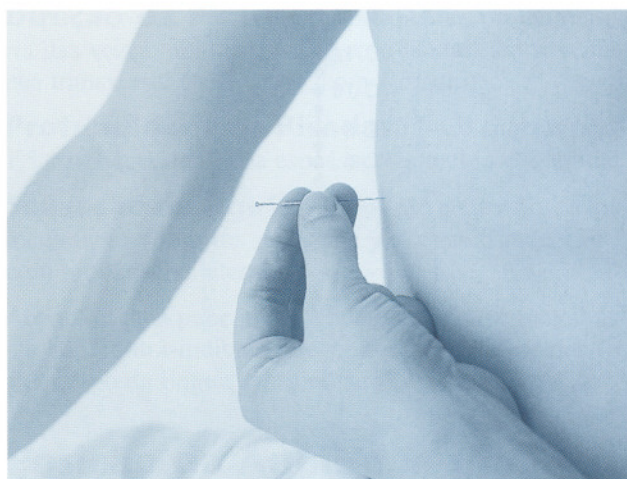
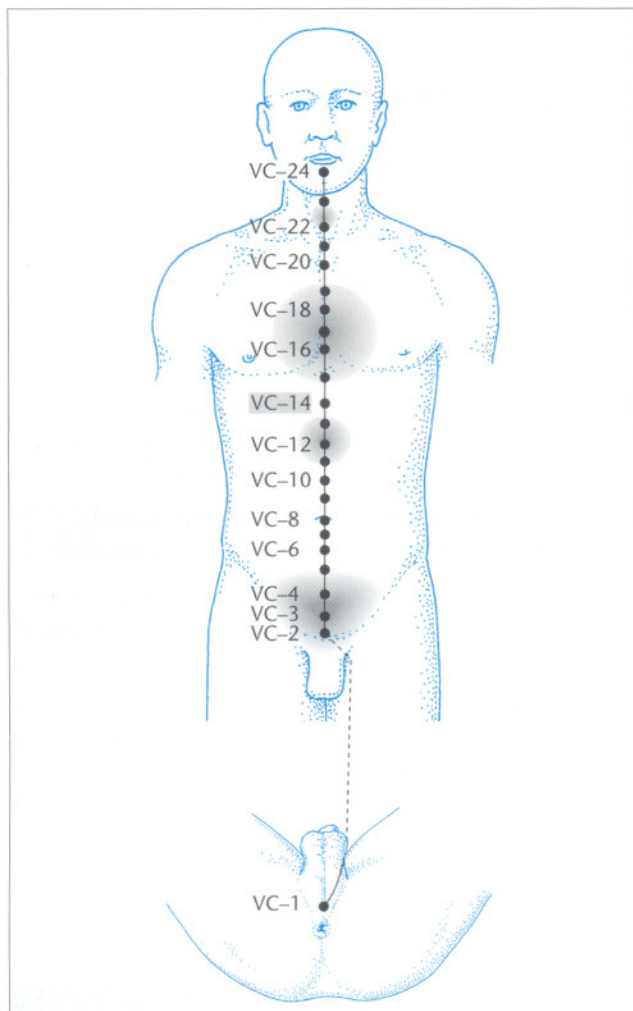
1ª Forma de Localização:

- A distância entre a transição processo xifóide/corpo do esterno e o umbigo é de 8 *tsun* do corpo.
- O ponto **VC-12** localiza-se no ponto médio deste segmento, portanto, a 4 *tsun* acima do umbigo.

2ª Forma de Localização: técnica do palmo de mão (segundo König/Wancura): colocar o dedo mínimo de cada uma das mãos um sobre o ponto médio da transição processo xifóide/corpo do esterno e o outro sobre o umbigo. Então, com os dois polegares, determinar o centro da linha de união entre estes dois pontos, na linha mediana anterior.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua em direção aos pontos adjacentes (**E-21, VC-10, VC-15**).

Profundidade da Picada: 0,5-1,5 *tsun* (W: 1-2,5 cm) dependendo da camada de gordura e da espessura da fáscia.

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso e adormecimento sombrios ao longo do Vaso Governador e com propagação pela área ao redor.

Posição da Agulha *in situ*

Função Tradicional

Alivia o calor do Coração, elimina o fogo do Coração e acalma o *Shen*-mente, regula o *Qi* do Coração, torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais profundo, dispersa e elimina as congestões de mucosidade enrijecida no coração, no tórax e no diafragma.

Indicação

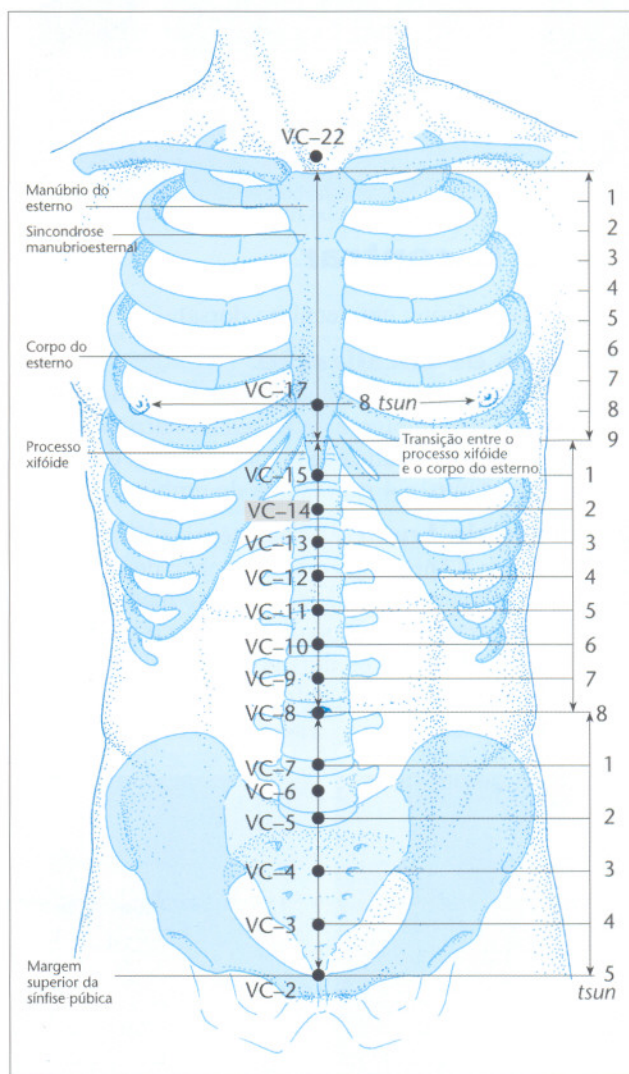
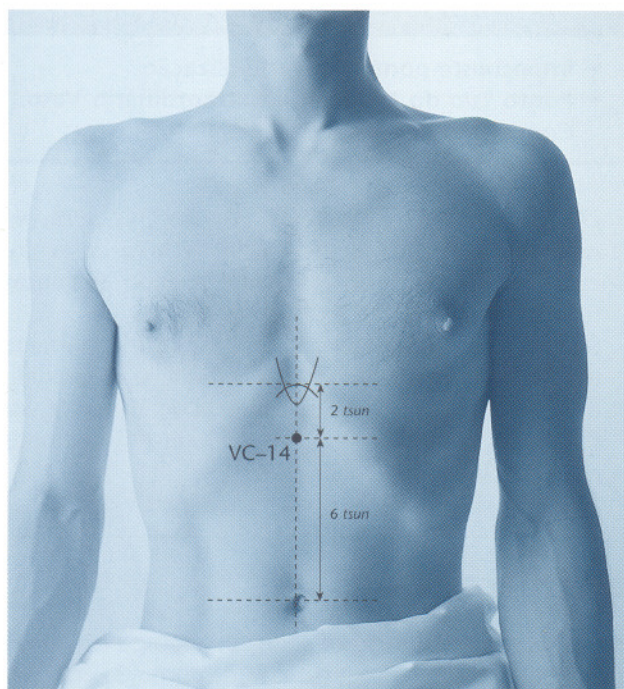
Geral: este ponto tem ação calmante sobre os distúrbios psíquicos e sobre o coração; ele é freqüentemente empregado nos casos de mucosidade-calor, que perturba o coração e o *Shen*-mente.

- *Distúrbios psíquicos e psiquiátricos*: estados de euforia e de agitação, estados de ansiedade e medo, mania, esquizofrenia, rompantes emotivos exagerados e distúrbios do sono.
- *Síndromes psicovegetativas*: taquicardia, inquietação e dor no coração.

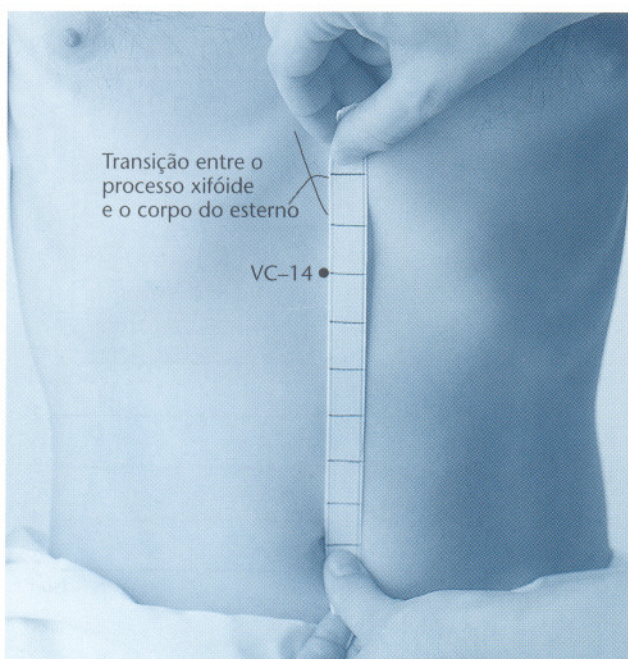
- Ponto *Mo* do Coração

- Convulsões e epilepsia.
- Dores cardíacas, pulmonares e torácicas cuja causa seja óssea.
- *Distúrbios da digestão associados ao* Qi *contracorrente do Estômago*: soluço, azia, refluxo de ácido, enjôo e vômitos; ele é eficaz sobretudo quando a causa desses sintomas são problemas emocionais.

Localização

Na linha mediana, a 6 *tsun* acima do umbigo.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- A distância entre a transição processo xifóide/corpo do esterno e o umbigo é de 8 *tsun* do corpo.
- Neste segmento, o ponto **VC-14** localiza-se a 6 *tsun* acima do umbigo, portanto a 2 *tsun* abaixo da transição processo xifóide/corpo do esterno.

> **!** A medição *tsun* na região do baixo ventre deve ser feita somente a partir da divisão proporcional com o *tsun* do corpo. Nesta região, a medição com o *tsun* dos dedos é imprecisa por causa das diferenças individuais no tamanho do abdome. Para a rápida e exata localização do ponto, recomenda-se o uso de uma fita de borracha flexível dividida em 8 *tsun*.

Punção

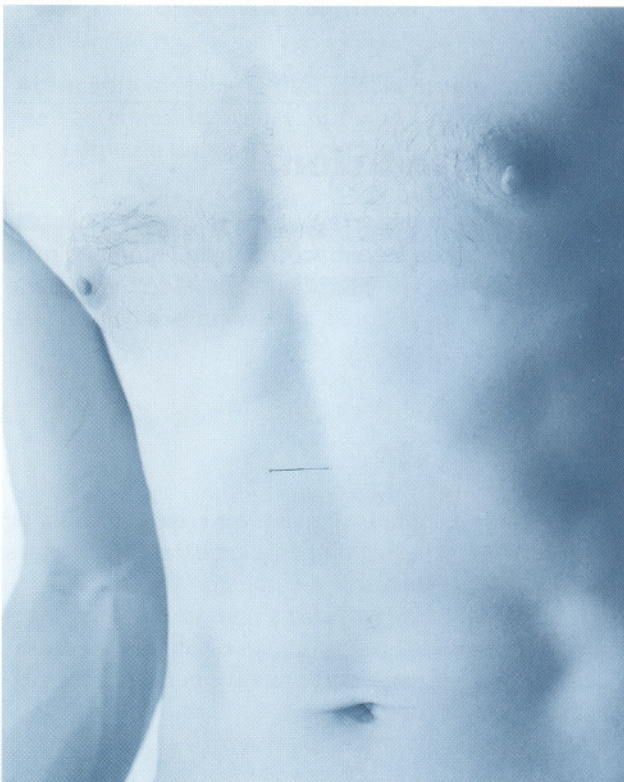
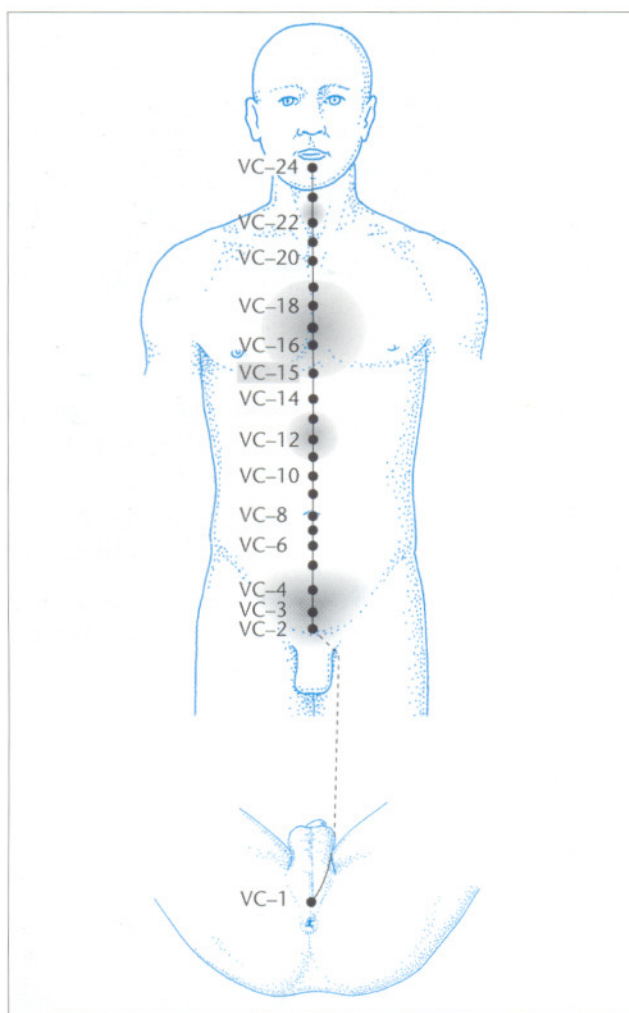
Direção da Picada: perpendicular, ou, na maioria das vezes, oblíqua para baixo (caudal), ou subcutânea transversal (neste caso, com 1,5 *tsun*).

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1,5 cm) dependendo da espessura do tecido abdominal.

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento sombrios ao longo do Vaso Concepção e com propagação lateral.

Atenção: uma punção profunda bem como a moxabustão são contra-indicadas se houver sinais de calor (p. ex., corpo da língua avermelhado).

Posição da Agulha *in situ*

JIUWEI Cauda de pombo

Função Tradicional

Acalma o *Shen*-mente, relaxa o tórax, regula a circulação de *Qi*, torna o *Qi* contracorrente do Estômago mais profundo, regula o Meridiano *Luo* do Meridiano Extraordinário Vaso Concepção, elimina o calor e apazigua o vento interno.

Indicação

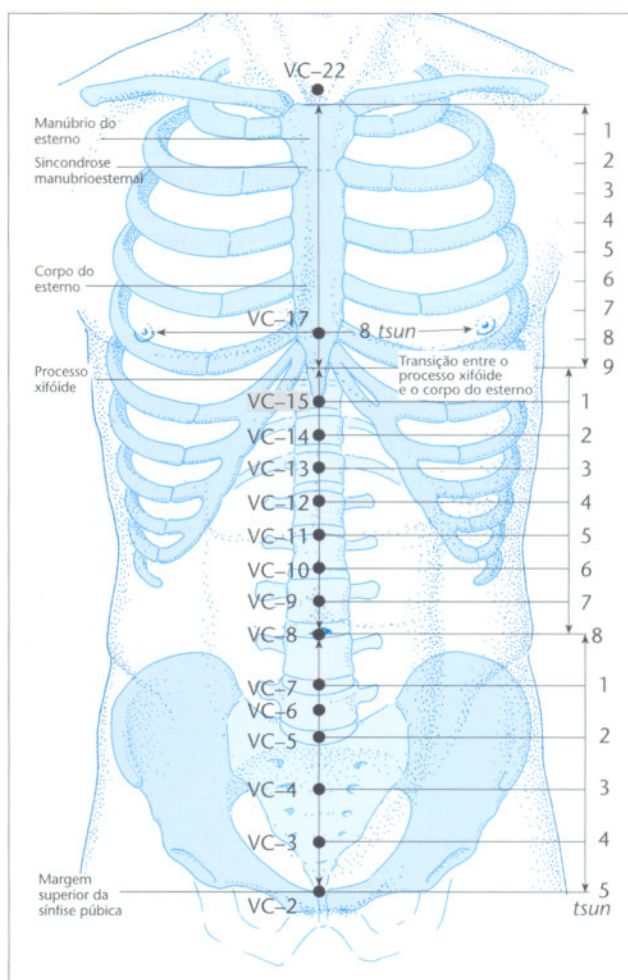
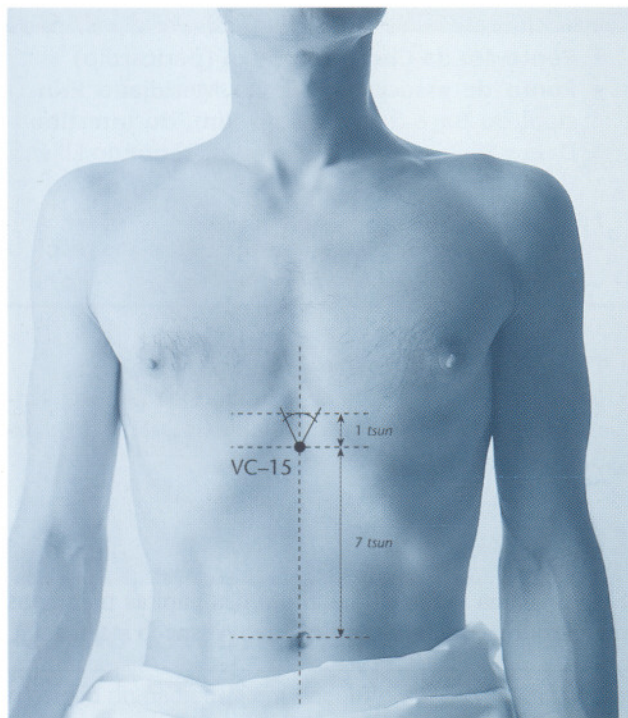
Geral:

- *Distúrbios psíquicos e psiquiátricos*: estados de ansiedade e de agitação intensos, obsessões, choques emocionais, esquizofrenia e mania.
- *Síndromes psicovegetativas*: síndrome cardíaca vegetativa (dor na região do coração e palpitações causadas por ataques de pânico e raiva) e perturbações gastrintestinais.
- Convulsões e epilepsia.
- Dores cardíacas, pulmonares e torácicas de causa óssea.

- **Importante ponto de tranqüilização**
- **Ponto *Luo* do Meridiano Extraordinário Vaso Concepção (VC)**

- *Distúrbios da digestão associados ao* Qi *contracorrente do Estômago*: soluço, azia, refluxo de ácido, enjôo e vômitos, principalmente quando as causas forem emocionais.
- Segundo G. Maciocia: este ponto é muito importante e poderoso para acalmar o *Shen*-mente, sobretudo nos casos de síndromes de carência de *Yin*, uma vez que ele influencia o *Qi* original (*Yuan-Qi*) em todos os órgãos do corpo.
- Ponto de influência europeu da "energia vital".

Localização

Na linha mediana, a 7 *tsun* acima do umbigo e a 1 *tsun* abaixo da transição processo xifóide/corpo do esterno.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal.

- A distância entre a transição processo xifóide/corpo do esterno e o umbigo é de 8 *tsun* do corpo.
- Neste segmento, o ponto **VC-15** localiza-se a 7 *tsun* acima do umbigo, portanto a 1 *tsun* abaixo da transição processo xifóide/corpo do esterno. Em tese, ele estaria diretamente abaixo da espada (processo xifóide).

! A medição *tsun* na região do baixo ventre deve ser feita somente a partir da divisão proporcional com o *tsun* do corpo. Nesta região, a medição com o *tsun* dos dedos é imprecisa por causa das diferenças individuais no tamanho do abdome. Para a rápida e exata localização do ponto, recomenda-se o uso de uma fita de borracha flexível dividida em 8 *tsun*.

Punção

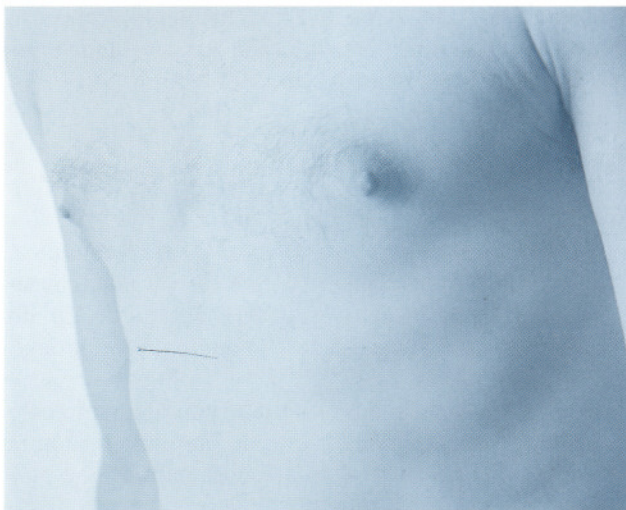
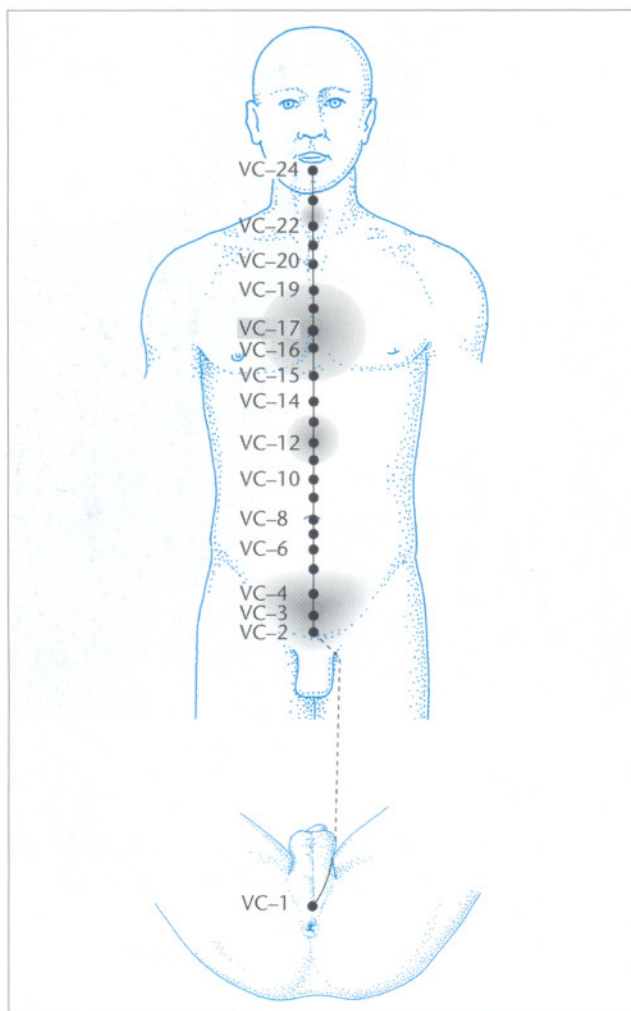
Direção da Picada: oblíqua para baixo; permita que o paciente mantenha uma postura ereta.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Atenção: uma punção profunda bem como a moxabustão são contra-indicadas se houver sinais de calor (p. ex., corpo da língua avermelhado)!

Posição da Agulha *in situ*

DANZHONG Meio do tórax

- **Ponto *Mo* da Circulação/Sexo (pericárdio)**
- **Ponto de associação com o Meridiano Principal do Baço-Pâncreas, do Rim, do Intestino Delgado e do Triplo Aquecedor (segundo Ellis/ Wiseman)**
- **Ponto de influência do *Qi***
- **Importante ponto nos casos de queixas respiratórias**

Função Tradicional

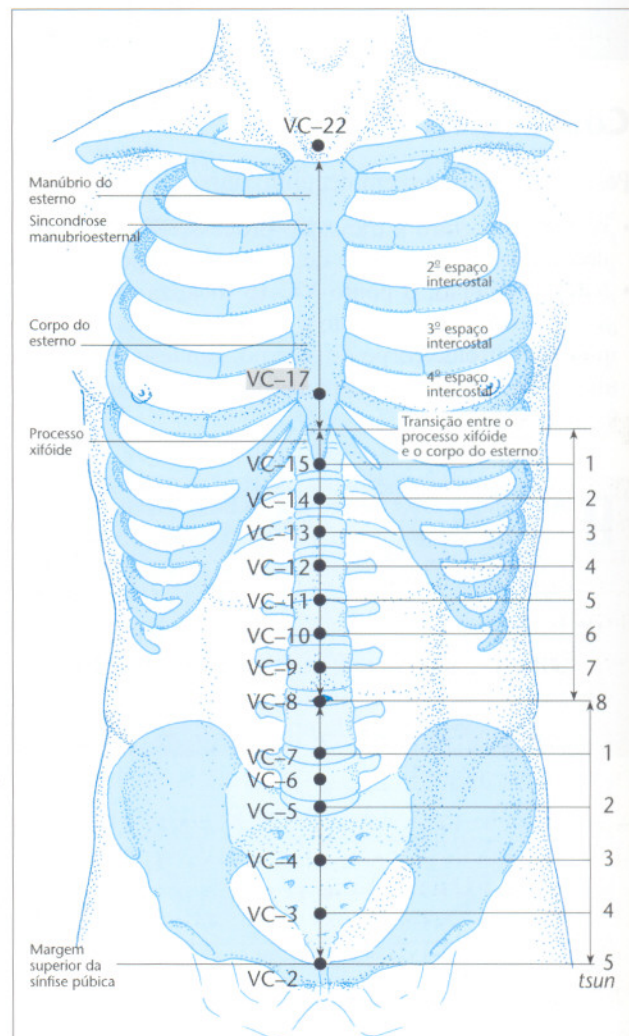
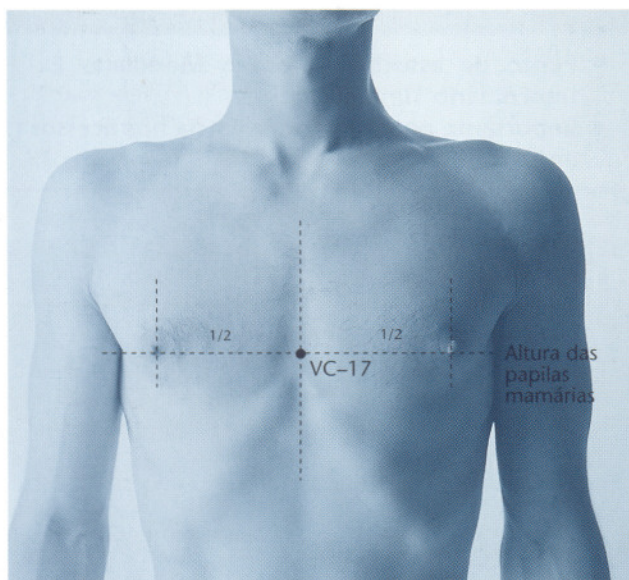
Tonifica o *Qi*, sobretudo o do tórax (*Zong-Qi*), regula a circulação de *Qi* no tórax e nos pulmões e torna o *Qi* contracorrente do Pulmão mais profundo, relaxa o tórax, protege o diafragma, elimina a mucosidade enrijecida e protege as mamas.

Indicação

Geral:

- *Doenças das vias respiratórias*: asma brônquica, bronquite, tosse e dispnéia de gênese variada (causada pela carência de *Qi* do Pulmão ou de *Qi* do Coração ou provocada pelo "bloqueio do tórax devido à mucosidade").
- *Afecções torácicas*: dor torácica, e neuralgia intercostal; sensações de plenitude e de opressão no tórax, por exemplo nos casos de afecções cardíacas e pulmonares.
- Disfagia e hérnia de hiato.
- Hipogalactia nos casos de "carência de *Qi* e de sangue" (associá-lo, então, aos pontos **ID-1**, **E-18** e **E-36**); mastite.

Localização

Sobre a linha mediana, na altura das papilas mamárias ou aproximadamente na altura do 4º espaço intercostal.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Orientação na região intercostal: palpar a transição entre o manúbrio e o corpo do esterno (sincondrose manubrioesternal); lateral a esta região, encontra-se a 2ª costela e abaixo desta o 2º espaço intercostal.
- A partir deste espaço intercostal, ir contando, para baixo, até chegar no 4º. O ponto **VC-17** localiza-se nessa mesma altura, sobre a linha mediana.
- Alternativa para os homens: o ponto **VC-17** encontra-se no ponto médio da linha de união das papilas mamárias.

Punção

Direção da Picada: conforme a indicação, subcutânea para cima ou para baixo ao longo da linha mediana, ou subcutânea transversal em direção às papilas mamárias, por exemplo nos casos de afecções nessas papilas.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso local e sombrio.

Atenção: uma inserção profunda é contra-indicada. A lamela óssea na região do esterno pode ser muito fina devido a distúrbios embrionários de ossificação, por esta razão há o risco de inserção intracardíaca da agulha ou de pneumotórax!

Moxabustão: tem bons resultados sobretudo para a tonificação do *Qi*!

Posição da Agulha *in situ*

TIANTU Elevação celeste

- **Ponto de associação com o Meridiano Extraordinário *Yin Wei Mai***
- **Importante ponto de emergência nos acessos agudos de asma**

- Nos casos de estados de plenitude, utilize a técnica sedativa de inserção da agulha (p. ex., nos casos de ataques de asma).
- Nos casos de estados de carência, utilize a técnica tonificante de inserção da agulha (p. ex., nos casos em que a voz está fraca por causa da carência de *Qi* do Pulmão).

Localização

A 0,5 *tsun* acima do esterno, no ponto médio da incisura jugular.

Função Tradicional

Torna o *Qi* contracorrente do Pulmão mais profundo, elimina a mucosidade enrijecida da laringe e do tórax, alivia e elimina o calor da garganta e fortalece a voz, acalma a tosse.

Indicação

Geral:

- *Inflamações na garganta*: laringite, faringite, acometimento das pregas vocais, rouquidão aguda e afonia.
- *Doenças das vias respiratórias*: tosse com expectoração sanguinolenta ou purulenta, dispnéia, asma brônquica e bronquite.
- *Constipações febris agudas com dor de garganta* (causadas pelo ataque de vento-calor).
- Sensação de plenitude, bócio, espasmo do esôfago, soluço e disfagia.

Como Encontrar

Posição do paciente: o mais seguro é que o paciente esteja em decúbito dorsal e, se possível, com almofadas sob os ombros para ajudar a sustentá-lo; a posição sentada também é possível, desde que a cabeça esteja apoiada com segurança e confortavelmente.

- Pedir ao paciente para que ele incline a cabeça para trás.
- Procurar, então, o ponto médio da incisura jugular, que fica a aproximadamente 0,5 *tsun* acima do esterno.

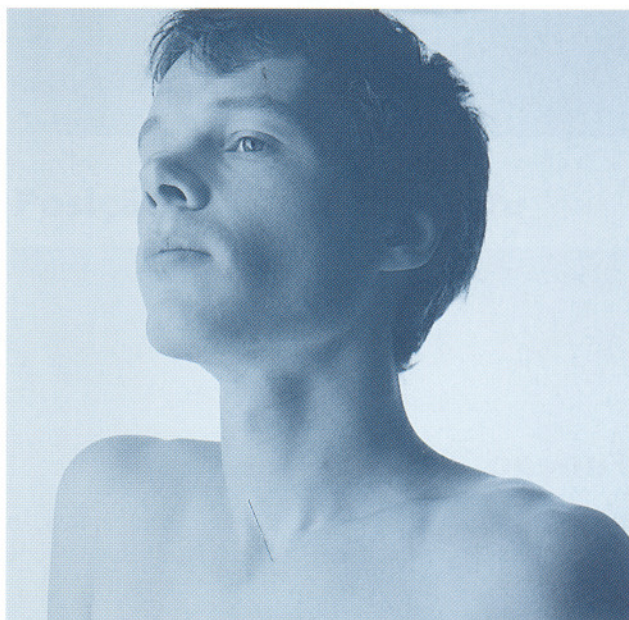
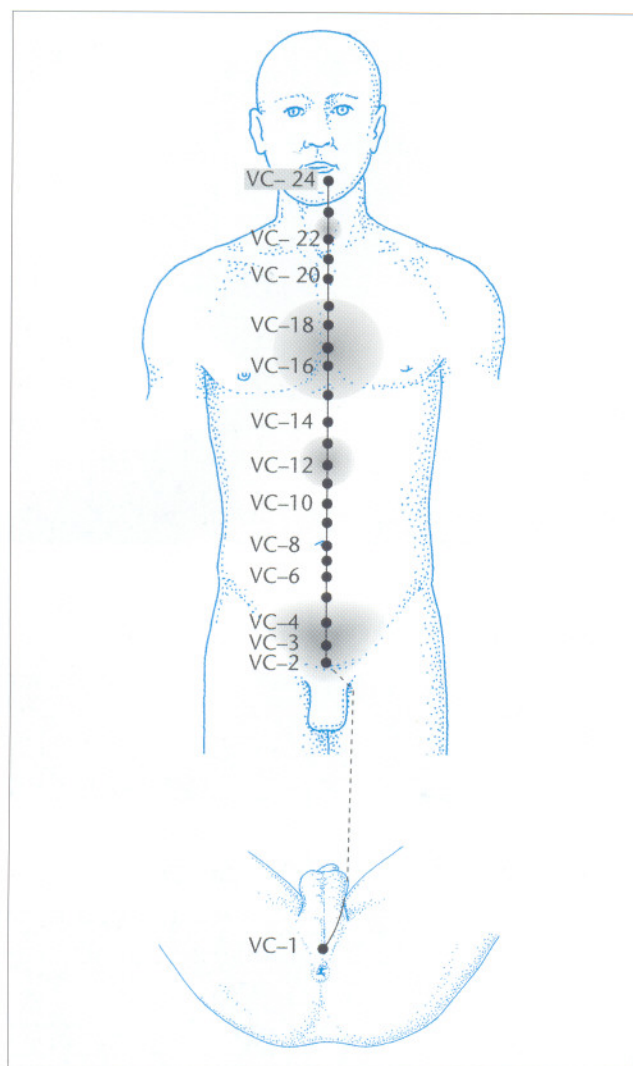
Posição da Agulha *in situ*

Punção

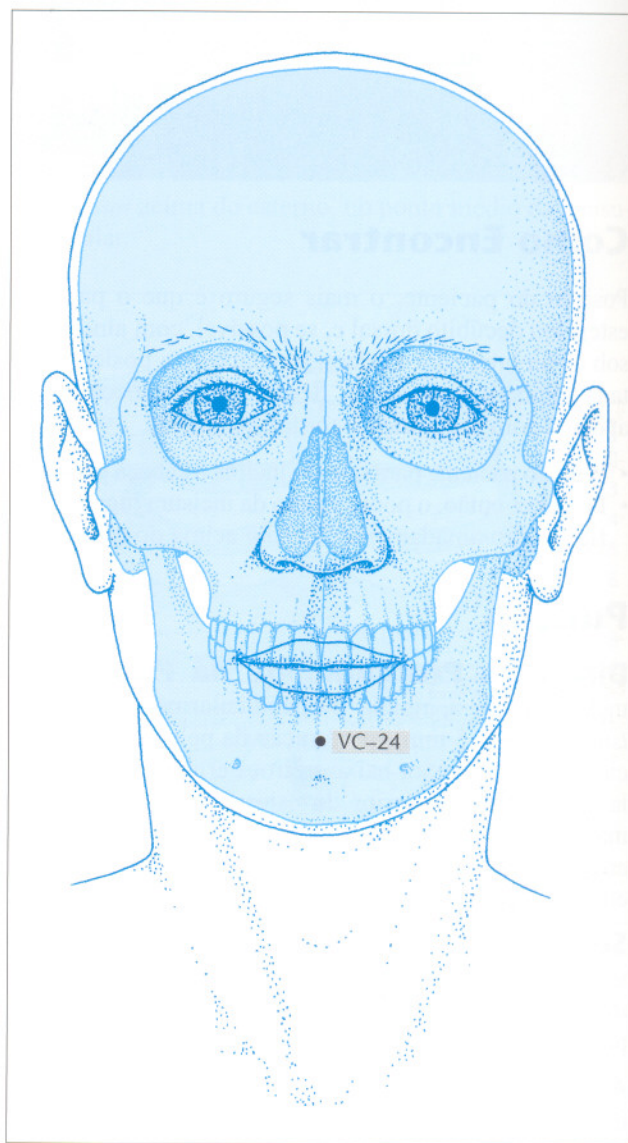
Direção e Profundidade da Picada: primeiro, inserir a agulha perpendicularmente com 0,2 *tsun* (cerca de 5 mm) (perfuração da pele), depois direcionar a agulha para baixo, retroesternalmente, paralela à superfície posterior do esterno e penetrá-la com mais profundidade, com cerca de 0,5-1 *tsun* (W:1-2 cm), ao longo dessa superfície (girar o cabo da agulha em sentido cranial).

Sensação da Agulha: sensação de tensão local e sombria, eventualmente uma sensação de confrangimento no pescoço e sensação de peso com propagação para baixo ao longo da parte posterior do esterno.

Atenção: ponto muito perigoso! A inserção incorreta da agulha, por exemplo, uma inserção perpendicular ou, no caso de uma inserção retroesternal, se a direção da picada for lateralmente diferente, põe em risco os grandes vasos localizados no mediastino e outros órgãos vitais. Aplique-o apenas se tiver total domínio da técnica de inserção da agulha!

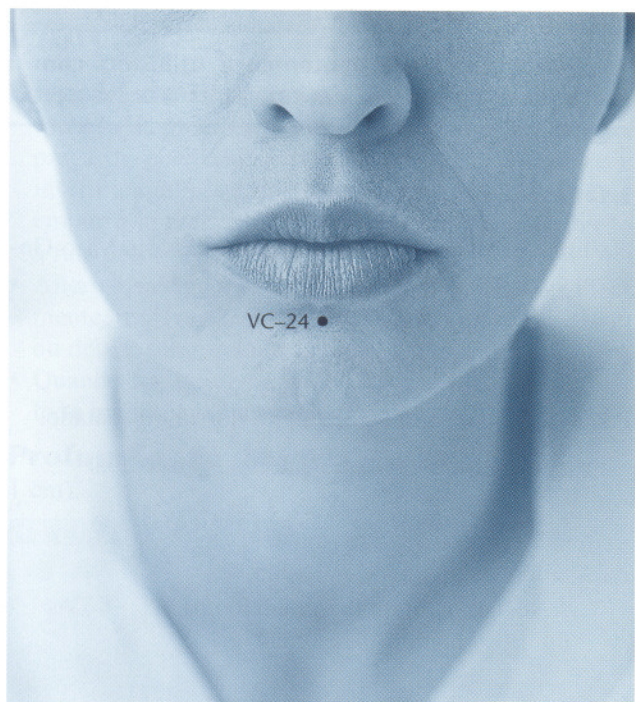
CHENGJIANG Recipiente para os fluidos

- Ponto de associação com o Meridiano Principal do Estômago e do Intestino Grosso e com o Meridiano Extraordinário Vaso Governador (segundo Ellis/Wiseman)
- Importante ponto local

Localização

Sobre a linha mediana, na depressão do sulco labiomentual, abaixo do lábio inferior.

Função Tradicional

Dissipa o vento externo patogênico (com aplicação como ponto local na face), torna os canais da rede fluentes, alivia os edemas e as dores na face.

Indicação

Local: paresia facial, neuralgia do terceiro ramo do trigêmeo, paralisia da boca, edemas na região da mandíbula, gengivite, ulcerações na boca e na língua, hipersalivação, dor de dente ou dor causada pela extração de algum dente na região dos incisivos inferiores; este é um ponto de anestesia para as extrações dentárias.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- O ponto **VC-24** localiza-se em uma depressão abaixo do lábio inferior.

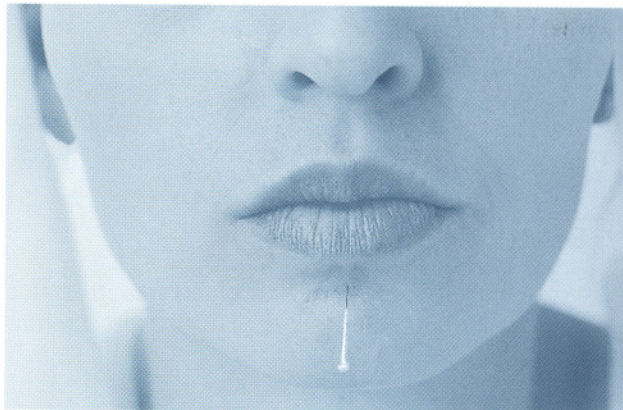
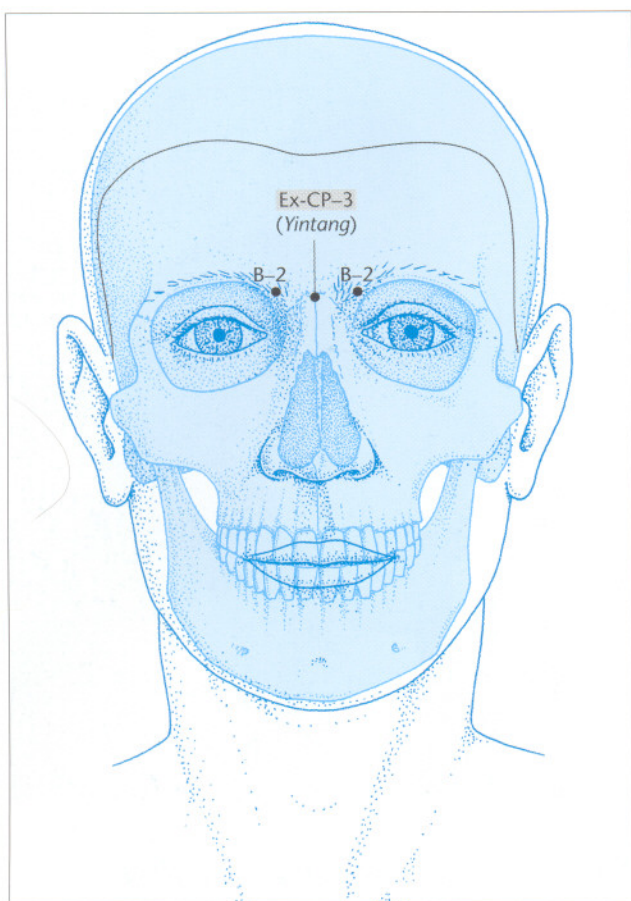
Punção

Direção da Picada: oblíqua para cima, então, com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,2-0,3 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: dor local e sensação de tensão sombria.

Posição da Agulha *in situ*

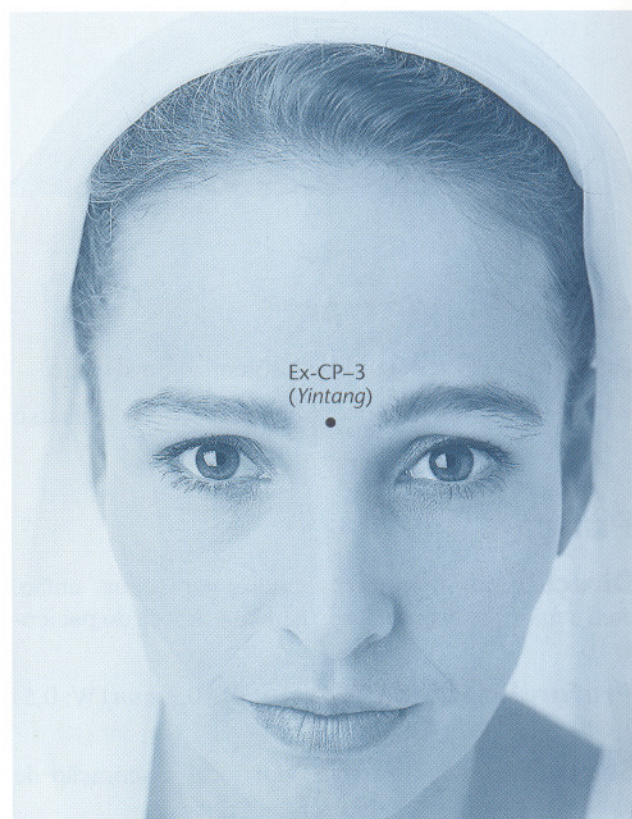
Ex-CP-3 YINTANG Salão decorado

- **Ponto extra freqüentemente utilizado com ação, sobretudo, superior**

Localização

Na linha mediana (Meridiano Extraordinário Vaso Governador), entre os supercílios.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a linha mediana entre os supercílios.

Função Tradicional

Elimina o vento, desobstrui os canais da rede, alivia as dores, descongestiona o nariz; acalma o *Shen*-mente.

Indicação

Local: cefaléia (principalmente na região frontal e causada por tensão), sensação de peso na cabeça, tonturas e sinusite.

Geral:

- *Vento interno*: tendência a ter convulsões como, por exemplo, nos casos de epilepsia e de convulsões febris em crianças.
- *Distúrbios psíquicos*: estados de ansiedade, distúrbios do sono e estados de confusão mental.
- *Afecções oculares*.
- *Afecções nasais* tais como rinite, prurido e ardência nos olhos causados pela rinite alérgica e epistaxe.
- Segundo J. Bischko: a associação do *Yintang* com o ponto **B-2** forma o "triângulo mágico anterior", que tem um efeito relaxante sobretudo nos casos de cefaléia, de rinite e de sinusite.

Ansiedade, rinite, sinusite, cefaleia, patologias oftalmológicas, hipertensas.

Punção

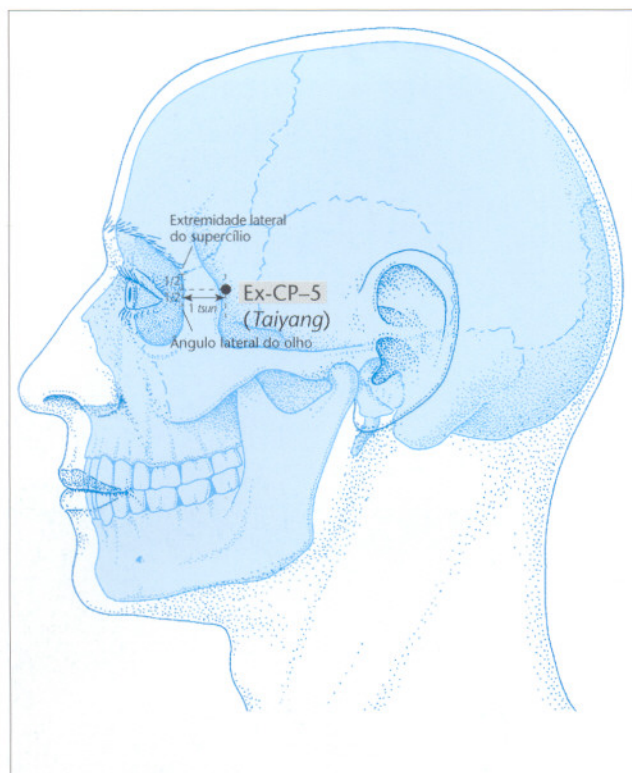
Direção da Picada:

- Método da prega de pele: sobre o ponto, formar uma prega de pele com o polegar e o dedo indicador e inserir a agulha verticalmente a partir de cima, então empurrá-la mais para dentro, subcutânea, em direção à raiz do nariz.
- Alternativas: inserir a agulha oblíqua e subcutaneamente, transversal e em direção aos supercílios (**B-2**) ou deixar sangrar com uma agulha triangular.
- Quando for inserir a agulha, com a mão que estiver livre manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de formigamento local ou sensação de tensão de caráter sombrio, com propagação em direção à raiz do nariz.

Posição da Agulha *in situ*

TAIYANG* *Yang* luminoso

- **Ponto local freqüentemente utilizado para casos de cefaléia**

Função Tradicional

Elimina o vento externo patogênico, alivia os espasmos, refresca o calor, alivia as dores, clareia a cabeça e melhora a acuidade visual.

Indicação

Local:

- Cefaléia (na região temporal) e enxaqueca (sobretudo quando causada pelo aumento de *Yang* do Fígado ou do fogo do Fígado).
- *Afecções oculares* (causadas tanto pelo vento-calor quanto pelo fogo do Fígado) como, por exemplo, conjuntivite.
- Sinusite, paresia facial e neuralgia do trigêmeo.

Localização

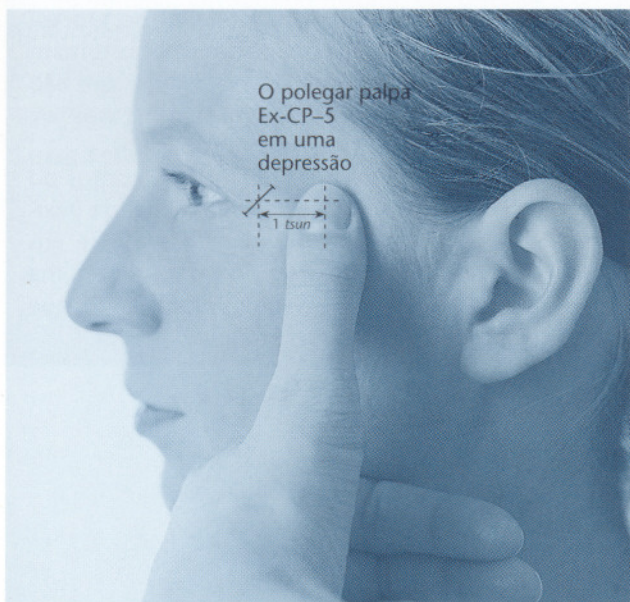
Em uma depressão a 1 *tsun* lateral ao ponto médio da linha de união entre a extremidade lateral do supercílio e o ângulo lateral do olho.

* Alguns autores mencionam o *Taiyang* como Ex-CP-9.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar o ponto médio da linha de união entre a extremidade lateral do supercílio e o ângulo lateral do olho.
- A partir daí, palpar aproximadamente 1 *tsun* (uma largura do polegar) lateralmente.
- O ponto **Ex-CP-5** localiza-se em uma depressão facilmente palpável.

> **!** Para as indicações apresentadas, este ponto é, com freqüência, sensível à palpação e o próprio paciente pode aplicar acupressão neste local quando tiver dor de cabeça.

Punção

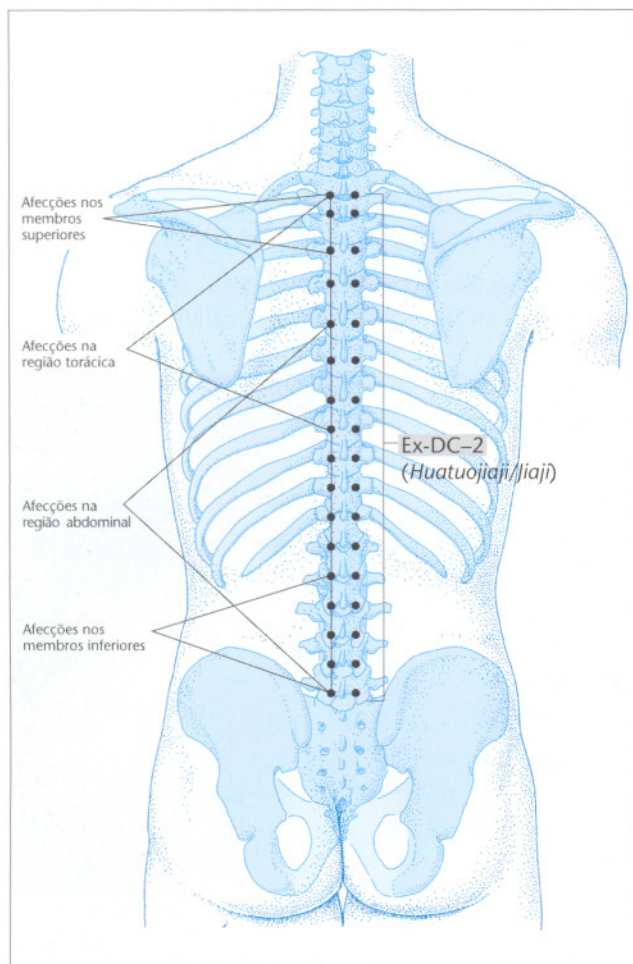
Direção da Picada: perpendicular no músculo temporal ou oblíqua em sentido posterior, então com a mão que estiver livre, manter a cabeça do paciente fixa.

Profundidade da Picada: 0,3-0,5 *tsun* (W: 0,5-1 cm); para clarear o calor, deixar o ponto sangrar.

Sensação da Agulha: sensações de formigamento, de tensão e de peso locais e de caráter sombrio.

Posição da Agulha *in situ*

Ex-DC-2 HUATUOJIAJI/JIAJI Pinçar a coluna vertebral

Ex-Bl ou Ex-DC-1
no processo espinho de C7 (DU14)
0,5 cun lateral
Asma; broncoespasmo, tosse crônica, dispneia.

Função Tradicional

Depende da localização do ponto correspondente.

Indicação

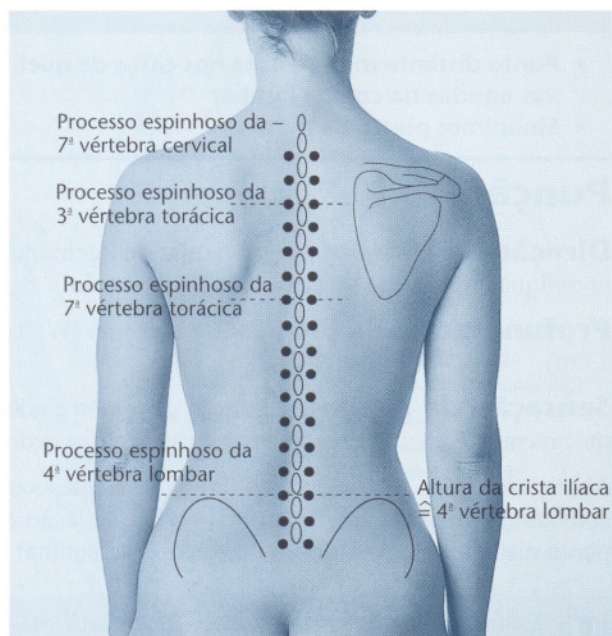
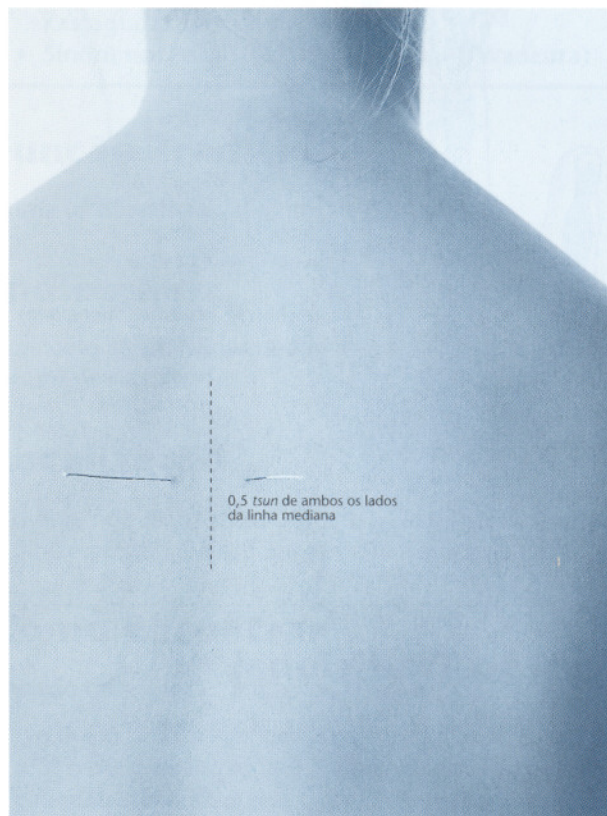
Local: dor e afecções na coluna vertebral (p. ex., bloqueio das articulações da coluna vertebral) e neuralgia intercostal.

Geral: afecções e distúrbios funcionais dos órgãos internos correspondendo ao segmento da inervação: a região à qual o tratamento é indicado é similar àquela dos pontos *Shu* do Meridiano da Bexiga, estando estes pontos *Shu* localizados à mesma altura dos pontos *Huatuojiaji*, que, entretanto, têm um efeito mais fraco.

Localização

Estes são 17 pares de pontos. Cada um dos pontos do par está localizado de um lado da margem inferior dos respectivos processos espinhosos (a 0,5 *tsun* desta). Anatomicamente, eles se encontram na região das pequenas articulações da coluna vertebral (fóveas articulares):

- São 12 pares de pontos torácicos (*Xiongjiaji*): entre a 1ª e a 12ª vértebra torácica.
- E 5 pares de pontos lombares (*Yaojiaji*): entre a 1ª e a 5ª vértebra lombar.

> **!**
> - Nos casos de distúrbios funcionais na região das fóveas articulares da coluna cervical, os pontos localizados a 0,5 *tsun* lateral a cada um dos lados da margem inferior do processo espinhoso da coluna cervical costumam ser sensíveis à palpação. Na China, eles são puncionados principalmente nos casos de queixas crônicas na coluna cervical.
> - Quando a inserção da agulha nos pontos do ramo interno do Meridiano Principal da Bexiga é oblíqua (aproximadamente 45°) e em direção à linha mediana, a ponta da agulha atinge a região dos pontos *Huatuojiaji*, o que intensifica os efeitos da terapia.

Posição da Agulha *in situ*

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado.

- Procurar a margem inferior do processo espinhoso correspondente ao par de pontos escolhido.
- Cada um dos pontos do par se localiza a 0,5 *tsun* (uma largura do dedo mínimo) lateral a esta margem.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua, em sentido medial, em direção à coluna vertebral.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-1,5 cm); na região lombar, com até 1,5 *tsun* (2 cm).

Sensação da Agulha: sensações de tensão e de peso sombrio, com propagação para baixo e para cima.

Ex-MS-7 YAOTONGDIAN/YAOTONGXUE Pontos para lumbago

- Ponto distante muito eficaz nos casos de queixas agudas na coluna lombar
- Sinônimo: ponto da mão 1

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou ligeiramente oblíqua em direção ao centro do arco da mão.

Profundidade da Picada: 0,5-0,8 *tsun* (W: 0,6-1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento locais, às vezes com propagação até os dedos.

Atenção: é um ponto doloroso! Em pacientes cuja constituição física é frágil, não faça a estimulação do ponto distante devido ao risco de síncope da agulha!

> **!** Estimulação do ponto distante: por aproximadamente 1 a 2 minutos utilizando a técnica sedativa de inserção da agulha (intensa estimulação); o paciente permanece em pé e realiza exercícios de movimentação da região lombar. O terapeuta deve, enquanto isso, segurar a mão do paciente.

Função Tradicional

Torna os Meridianos fluentes, alivia as dores.

Indicação

Lumbago agudo e lombalgia isquiática.

Localização

São dois pontos sobre o dorso da mão, um entre o 2º e o 3º osso metacarpal e o outro entre o 4º e o 5º, na altura da transição da base para o corpo destes ossos.

Como Encontrar

Posição do paciente: sentado e com a mão apoiada confortavelmente ou em pé, para a estimulação do ponto distante.

- No dorso da mão, palpar entre o 2º e o 3º osso metacarpal e entre o 4º e o 5º uma depressão na transição da base para o corpo destes ossos.

Ex-MS-8 (AH8) Cervicalgia, cefaleia, dor no braço e ombro dor na garganta epigastralgia

Posição da Agulha *in situ*

MS
Ex-AH7 → Lombalgia, ciatalgia
dor nos joelhos, mão em garra

- Ponto distante muito eficaz nos casos de queixas agudas na coluna cervical
- Sinônimo: PaM 108 (segundo König/Wancura)

Função Tradicional

Torna os Meridianos fluentes e alivia as dores.

Indicação

Torcicolo agudo, síndrome cervical e dor na nuca, nos ombros e nos braços.

Localização

No dorso da mão, entre o 2º e o 3º osso metacarpal, a 0,5 *tsun* proximal à articulação metacarpofalângica.

Como Encontrar

Posição do paciente: em pé ou sentado.

- No dorso da mão, palpar uma depressão entre o 2º e o 3º osso metacarpal, a 0,5 *tsun* proximal à articulação metacarpofalângica.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: até 1 cm).

Sensação da Agulha: sensação de tensão e adormecimento local e sombrio.

Atenção: é um ponto doloroso! Em pacientes cuja constituição física é frágil, não faça a estimulação do ponto distante devido ao risco de síncope da agulha!

! Estimulação do ponto distante: por aproximadamente 1 a 2 minutos utilizando a técnica sedativa de inserção da agulha (intensa estimulação); o paciente permanece em pé e realiza exercícios de movimentação da região da coluna cervical; enquanto isso o terapeuta deve manter a mão do paciente fixa. Se o paciente estiver sentado, sua mão e seu antebraço devem ficar repousados relaxadamente.

Anmian Sono tranqüilo

- Ponto de tranqüilização e para o sono

Função Tradicional

Acalma o *Shen*-mente.

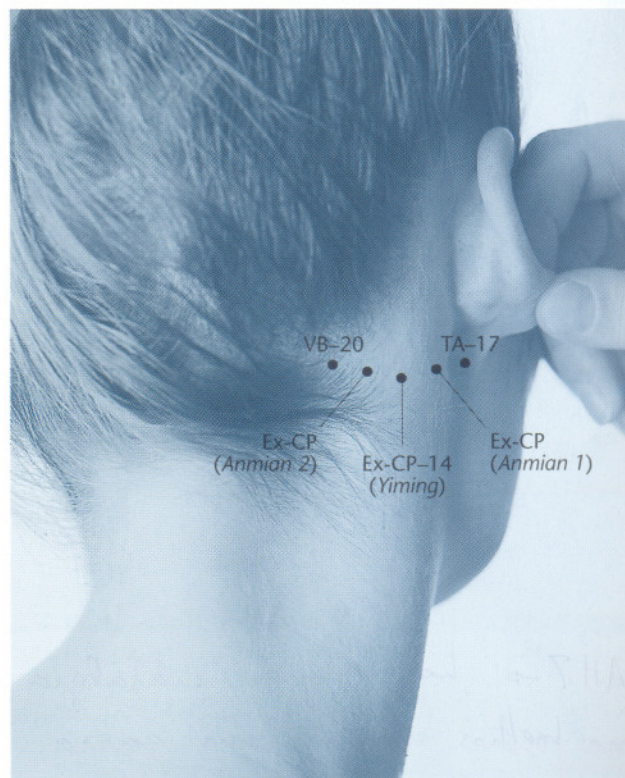
Indicação

Geral: cefaléia, tonturas, distúrbios do sono, palpitações, estados de agitação e hipertônus.

Localização

Existem diversas formas de localização deste ponto. Freqüentemente se diferenciam dois pontos *Anmian*:

- *Anmian 1*: entre os pontos **TA-17** e **Ex-CP-14** (*Yiming*).
- *Anmian 2*: entre os pontos **Ex-CP-14** (*Yiming*) e **VB-20**.

Localização do ponto **Ex-CP-14** (*Yiming*): na nuca, a 1 *tsun* posterior ao ponto **TA-17**, sobre uma linha de união entre o **TA-17** e o **VB-20**.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou lateral ou sentado; quando o paciente estiver em decúbito dorsal, pode-se colocar uma almofada sob sua cabeça de forma a elevá-la; contudo, a região da nuca não deve estar em contato com nada.

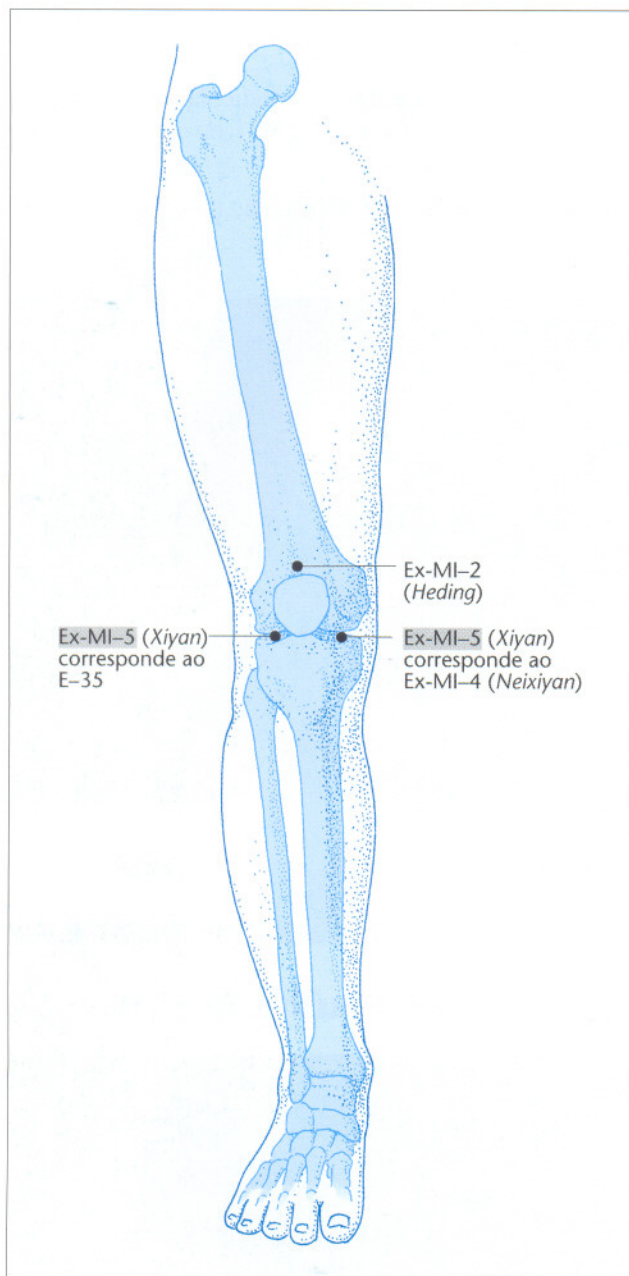
- Em primeiro lugar, localizar o ponto **TA-17** (para isso o paciente deve manter a boca ligeiramente aberta): atrás do lóbulo da orelha, entre a mandíbula e o processo mastóideo, pode-se palpar uma depressão que, em geral, é bastante sensível ao toque (para melhor orientação, dobrar a orelha para a frente).
- O ponto **Ex-CP-14** (*Yiming*) localiza-se a 1 *tsun* (uma largura do polegar) posterior a este ponto e à margem inferior do processo mastóideo.
- O ponto *Anmian 1* encontra-se no ponto médio entre o **TA-17** e o **Ex-CP-14** (*Yiming*), no abaulamento da inserção cranial do músculo esternocleidomastóideo.
- O ponto *Anmian 2* fica no ponto médio entre o **Ex-CP-14** (*Yiming*) e o **VB-20**, na margem posterior do músculo esternocleidomastóideo e na margem inferior do occipício.

Punção

Direção da Picada: perpendicular ou oblíqua em direção ao ponto **TA-17** (*Yifeng*) ou em direção ao ponto **VB-20** (*Fengchi*).

Profundidade da Picada: 0,6-1 *tsun* (W: até 1,3 cm).

Posição da Agulha *in situ*

XIYAN Olhos do joelho

- Importantes pontos locais nos casos de queixas na articulação do joelho
- O ponto **Ex-MI-5** (*Xiyan*) compreende dois pontos:
  - o olho medial do joelho: corresponde ao ponto **Ex-MI-4**, também *Neixiyan*
  - o olho lateral do joelho: corresponde ao ponto **E-35** (*Dubi*)

Função Tradicional

Eliminam o vento-umidade, aliviam as dores.

Indicação

Local: afecções na articulação do joelho.

- Nos casos de queixas na articulação do joelho, estes pontos (**Ex-MI-5** e **Ex-MI-2**) são, com freqüência, associados aos pontos **E-36**, **VB-34**, **BP-9** e, eventualmente, ao **E-34** e ao **BP-10**.
- Segundo Bachmann, estes são "pontos circumpatelares" (**Ex-MI-5**, **Ex-MI-2** e o ponto médio da patela) e são muito eficazes, sobretudo, quando neles se aplica moxabustão.

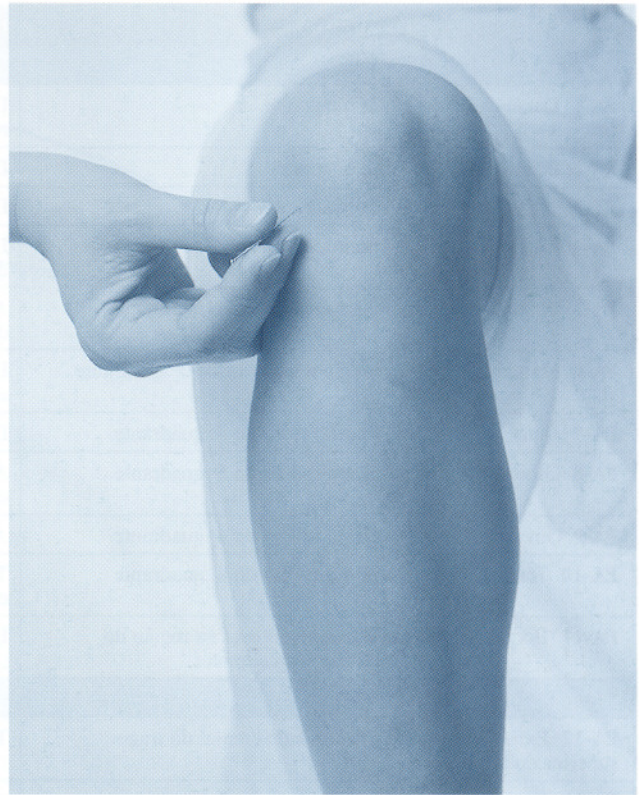
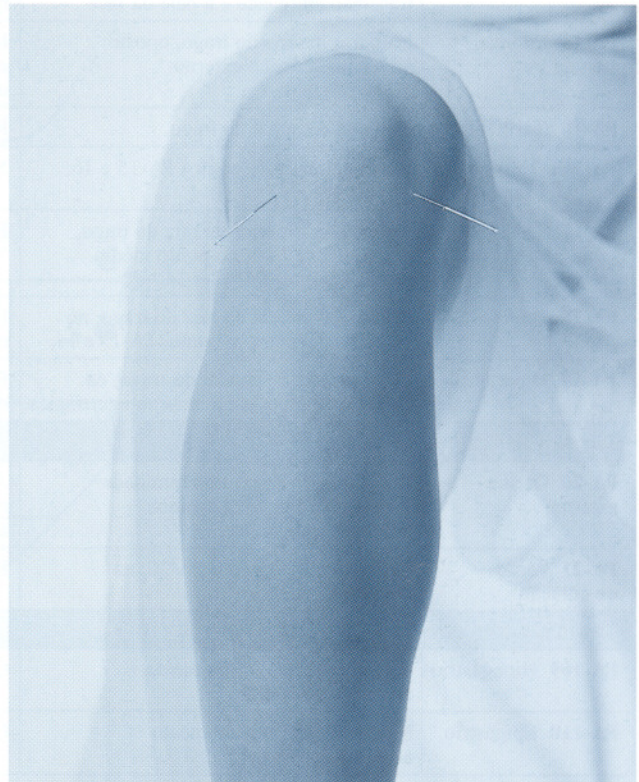
Localização

Com o joelho flexionado e duas depressões, uma medial e a outra lateral ao ligamento patelar, abaixo da patela.

Localização do ponto **Ex-MI-2** (*Heding*): em uma depressão no ponto médio da base da patela, com o joelho ligeiramente flexionado.

Como Encontrar

Posição do paciente: em decúbito dorsal ou sentado e com o joelho flexionado (quando o paciente estiver deitado, colocar um apoio sob o joelho).

- Abaixo da patela, lateral e medial ao ligamento patelar, estão localizados o olho lateral e o olho medial do joelho.

Posição da Agulha *in situ*

Punção

Direção da Picada:

- Olho medial do joelho: perpendicular ou oblíqua em direção ao olho lateral do joelho.
- Olho lateral do joelho: perpendicular ou oblíqua em direção ao olho medial do joelho.

Profundidade da Picada: 0,5-1 *tsun* (W: 1-1,5 cm).

Sensação da Agulha: sensações de formigamento, de peso e adormecimento locais e com caráter de tensão sombrio.

Atenção: não insira a agulha com muita profundidade devido ao risco de uma possível punção intra-articular (ambos os pontos correspondem ao local de inserção da agulha para a artroscopia).

Ponto	Localização	Indicações, efeito
Lóbulo		
PA-1 Dente	No 1º quadrante.	Dor de dente e analgesia para as extrações dentárias. Tem bons resultados quando associado aos pontos PA-5, 6, 7, 29, 55.
PA-2 Palato duro	No 2º quadrante.	Dor de dente, estomatite, neuralgia do trigêmeo e periodontite.
PA-3 Soalho da boca	No 2º quadrante.	Dor de dente, faringite, neuralgia do trigêmeo, periodontite e estomatite.
PA-4 Língua	No ponto médio do 2º quadrante.	Dor de dente, inflamações na garganta, estomatite, glossite, distúrbios do paladar.
PA-5 Maxila	No ponto médio do 3º quadrante.	Artralgia na articulação temporomandibular, neuralgia do trigêmeo, dor de dente, nos casos de extrações dentárias, periodontite e cáries.
PA-6 Mandíbula	Na margem superior do 3º quadrante.	Dor de dente, nos casos de extrações dentárias, parotidite, estomatite e neuralgia do trigêmeo.
PA-7 Dente	No ponto médio do 4º quadrante.	Dor de dente e para analgesia nas extrações dentárias.
PA-8 Olho	No ponto médio do 5º quadrante.	Auxilia nos casos de afecções oculares inflamatórias, como, por exemplo, conjuntivite e hordéolo, e de cefaléias que se "propagam pelos olhos".
PA-9 Ouvido interno	No ponto médio do 6º quadrante.	Auxilia nos casos de tonturas, surdez e zumbido.
PA-10 Tonsilas	No ponto médio do 8º quadrante.	Tem eficaz ação linfocitária. Indicado nos casos de inflamações agudas e crônicas na garganta, como, por exemplo, tonsilite e faringite.
PA-11 Bochecha	Em uma porção oval na região do 2º, 3º, 5º e 6º quadrantes.	Espasmos miofasciais, paresia facial e neuralgia do trigêmeo.
Trago		
PA-12 Extremidade superior do trago	Na extremidade cranial do trago.	Tem ação analgésica e antiinflamatória.
PA-13 Cápsula do rim	Na extremidade caudal do trago. (terço inferior)	Afecções articulares reumatóides, estados crônicos de inanição tanto psíquicos como físicos, problemas com a regulação da circulação, inflamações agudas e crônicas, paresias, neuralgias e diátese alérgica.
PA-14 Nariz externo	No ponto médio da raiz do trago, na transição entre este e a pele da face.	Afecções locais na região do nariz como, por exemplo, furunculoses, rinofima, eczema e acne vulgar.
PA-15 Laringe, faringe	Na parte interna do trago, oposto ao meato acústico externo.	Inflamações na garganta como, por exemplo, laringite, tonsilite, faringite e estomatite. **Atenção:** perigo de colapso por estar próximo à região de inervação do nervo vago.
PA-16 Nariz interno	Na porção caudal do trago.	Rinite alérgica, sinusite e epistaxe.
PA-16a Nervo auriculotemporal	No trago, entre os pontos PA-15 e 16.	Neuralgias na região de inervação do nervo auriculotemporal.
PA-17 Sede	Na metade superior da raiz do trago, em direção à face, no ponto médio entre os pontos PA-12 e 14.	Boca seca e diabete; este ponto é raramente utilizado.
PA-18 Fome	Na porção caudal da raiz do trago, no ponto médio entre os pontos PA-13 e 14.	Falta de apetite e bulimia causada por distúrbios da digestão e do metabolismo, por exemplo *Diabetes mellitus*.
PA-19 Hipertensão	Na extremidade caudal do trago, na transição entre este e a incisura intertrágica.	Problemas com a regulação da circulação sangüínea, sobretudo nos casos de hipertônus; segundo Nogier, este ponto corresponde ao ponto ACTH.
Incisura anterior		
PA-20 Orelha externa	Na depressão entre a extremidade superior do trago e a espinha ascendente da hélice.	Alterações inflamatórias na orelha externa como, por exemplo, otite média, zumbido e surdez; este ponto corresponde ao ponto TA-21 da acupuntura corporal.
PA-21 Ponto do coração	Logo abaixo do ponto PA-20, na margem do trago.	Distúrbios do ritmo cardíaco e síndrome cardíaca funcional.
Meato acústico externo		
PA-109 Hipogástrio	Na porção superior do meato acústico externo.	Queixas no hipogástrio; raramente utilizado.
PA-110 Epigástrio	Na porção inferior do meato acústico externo.	Queixas no epigástrio; raramente utilizado.

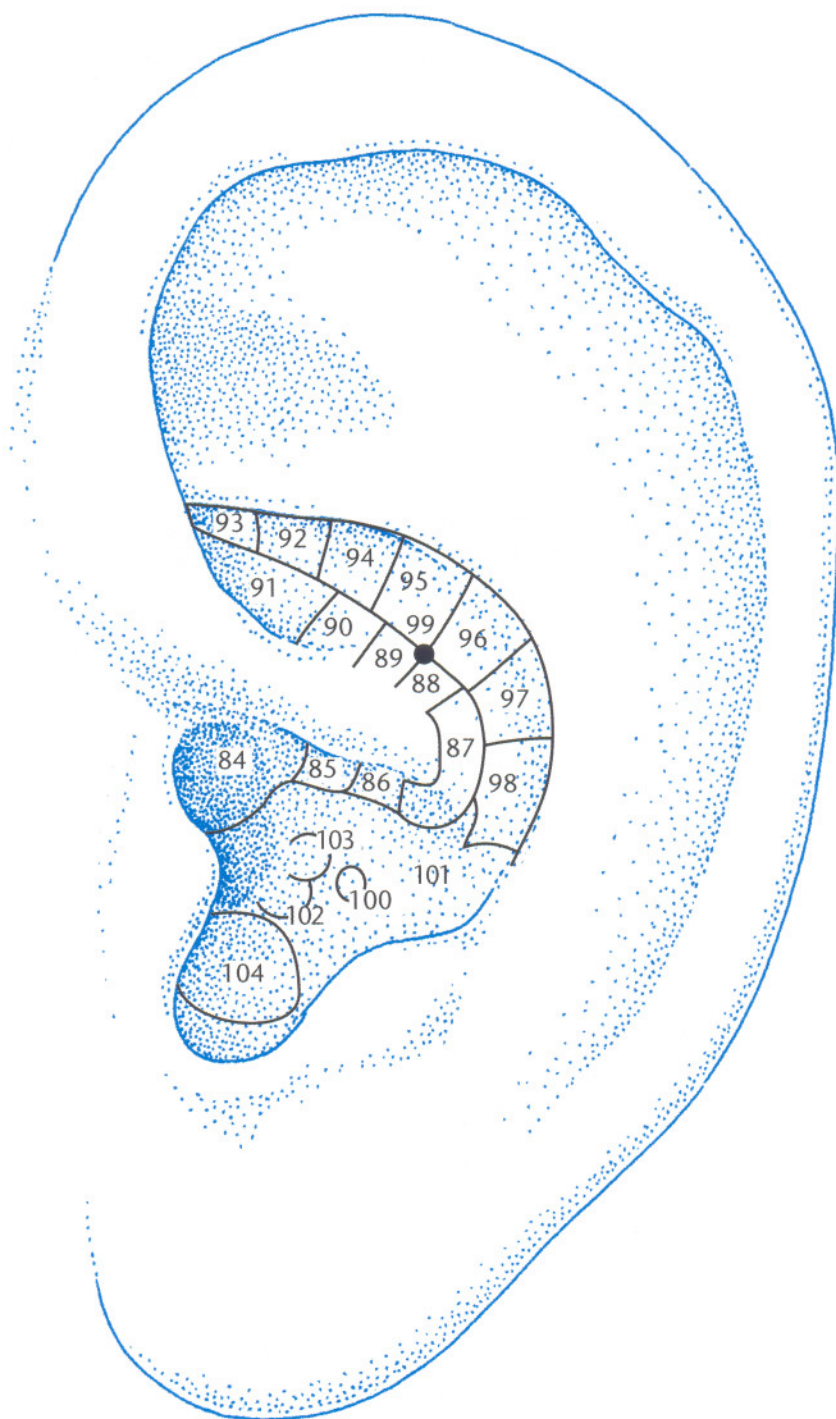
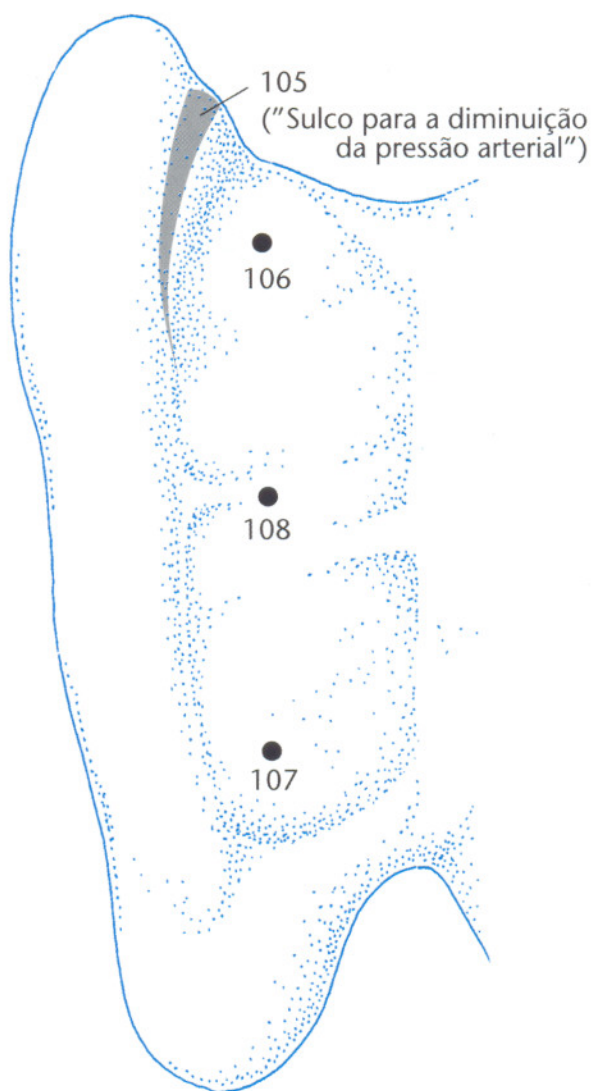
20
21
109
12
15
17
14
16a
110
18
16
13
19
6
I
II
III
3
4
5
2
1
IV
V
VI
11 ("Bochecha")
7
8
9
VII
VIII
10

Ponto	Localização	Indicações, efeito
Incisura intertrágica		
PA-22 Endócrino	Na parte lateral à face, na base da incisura intertrágica.	Distúrbios endócrinos e inflamações (ação antiinflamatória): alergia, inflamações nos sistemas respiratório, urinário e genital, doenças da pele e afecções reumáticas.
PA-23 Ovário	Entre os pontos PA-22 e 34, na base da incisura intertrágica.	Em todos os casos de distúrbios das funções sexuais femininas; segundo Nogier, este ponto corresponde ao "ponto genital".
PA-24 Olho 1 e Olho 2	Abaixo da incisura intertrágica.	Auxilia nos casos de afecções oculares não inflamatórias, como, por exemplo, miopia, astigmatismo, atrofia óptica e degeneração macular. Na China, este ponto é, em geral, utilizado em associação com o ponto PA-97.
Antitrago		
PA-25 Tronco encefálico	Na transição entre o antitrago e a antélice, posicionado mais para o lado do antitrago.	Inflamações nas meninges (meningite e concussão cerebral) e suas seqüelas; distúrbios do desenvolvimento infantil.
PA-26 Ponto da dor de dente	No antitrago, na porção cranial.	Dores de dente.
PA-26a Apêndices cerebrais	No ponto mais inferior do antitrago; ele corresponde internamente à localização do ponto PA-35.	Importante ponto para anestesia geral. Este ponto tem um caráter sedativo e, segundo Nogier, corresponde ao ponto "tálamo". A direção da picada que tem ação mais eficaz é a de trás para a frente, em direção ao canal intratrágico. **Atenção:** é contra-indicado durante a gravidez!
PA-27 Laringe e dente	Na parte externa do antitrago, na altura do ponto PA-26.	Auxilia nos casos de afecções na região da boca. Este ponto é raramente utilizado.
PA-28 Hipófise	Na parte externa do antitrago, no ponto médio do trecho entre o antitrago e a antélice.	Distúrbios hormonais; raramente utilizado.
PA-29 Occipício (Almofada)	Na parte externa do antitrago, abaixo do sulco posterior da orelha, no terço lateral, voltado para a cauda da hélice.	Importante ponto com amplo espectro de ação: estados de dor, doenças da pele, afecções inflamatórias do trato respiratório e do aparelho locomotor e problemas na regulação da circulação. Segundo Nogier, este ponto se localiza no sulco posterior da orelha, no ponto médio entre os pontos PA-29a e 29b.
PA-30 Parótida	No ápice do antitrago.	Tem ação sedativa nos casos de prurido, inflamações das parótidas, parotidite e predisposição a ter infecções (nos casos de distúrbios do sistema imune).
PA-31 Asma	Abaixo do ápice do antitrago, na parte externa deste.	Auxilia nos casos de asma brônquica, dispnéia e sensação de opressão no tórax (nos casos de queixas funcionais).
PA-31a Ponto para acalmar os acessos de tosse	Ao lado do ponto PA-25.	Acessos de tosse agudos e crônicos.
PA-32 Testículos	Na superfície interna do antitrago, na altura do ponto PA-31.	Impotência e orquite.
PA-33 Testa	Na porção anterior do antitrago, quase na transição com a incisura intertrágica.	Dor de cabeça na região frontal e sinusite. Ele auxilia nos casos de distúrbios do sono e tonturas.
PA-34 Substância cinzenta	Na parte interna do antitrago, na região do terço mais inferior da porção anterior do antitrago.	Tem ação analgésica, sedativa e antiinflamatória, além de proporcionar o equilíbrio psicovegetativo e regular a circulação.
PA-35 Sol	No ponto médio da base do antitrago.	Cefaléias agudas e crônicas, enxaquecas (principal indicação), distúrbios do sono, tonturas e afecções oculares; é um ponto utilizado com bastante freqüência.
PA-36 Telhado, vértice	Abaixo do ponto PA-29.	Dor de cabeça na região parietal, perturbações e neuralgia intercostal.
Antélice		
PA-37 Coluna cervical	Na extremidade caudal da antélice.	Síndromes na coluna cervical.
PA-38 Sacro e cóccix	Na altura da bifurcação dos ramos da antélice.	Síndromes na coluna lombar (p. ex., lombalgia isquiática) e queixas no cóccix.
PA-39 Coluna torácica	No prolongamento do ramo da hélice, em direção à hélice.	Queixas na coluna torácica e neuralgia intercostal.
PA-40 Coluna lombar	Aproximadamente no ponto médio da linha de união entre os pontos PA-44 e 38, lateralmente.	Síndromes na coluna lombar como, por exemplo, lombalgia isquiática.

Ponto	Localização	Indicações, efeito
PA-41 Pescoço	Próximo à concha, na parte descendente da antélice, um pouco cranial à projeção da coluna cervical.	Síndromes na coluna cervical.
PA-42 Tórax	Do terço médio ao terço cranial da coluna torácica, próximo à concha, na antélice.	Em todos os casos de dores na região torácica.
PA-43 Abdome	Na altura da secção superior da região da coluna lombar.	Queixas abdominais e meteorismo.
PA-44 Mama	Na altura da raiz da hélice, caudal ao ápice da antélice e em direção à escafa.	Mastite, mastopatia, sensação pré-menstrual de tensão no seio, distúrbios da lactação e dores nas mamas; nos casos de irritações radiculares, puncionar o segmento correspondente.
PA-45 Tireóide	Na escafa, na altura da extremidade da antélice.	Hiper e hipotiroidismo, bócio brando e sensação de plenitude. Segundo Nogier, este ponto é indicado nos casos de irritação das raízes dos segmentos de C2, C3 e C4.
Ramo superior da antélice		
P-46 Artelho	No início e na parte descendente posterior do ramo superior da antélice.	Dores e queixas na região dos dedos do pé, por exemplo, dedo em martelo, hálux valgo e gota.
PA-47 Calcâneo	No início e na parte descendente anterior do ramo superior da antélice.	Dores e queixas na região do calcâneo, por exemplo, esporão calcâneo e inflamação do periósteo.
PA-48 Tornozelo	Abaixo dos pontos PA-46 e 47 (juntos, eles formam um triângulo equilátero).	Dores e queixas na região do tornozelo.
PA-49 Articulação do joelho	No ponto médio do ramo superior da antélice.	Dores e queixas na articulação do joelho.
PA-50 Articulação do quadril	Caudal ao ponto PA-49, logo atrás à união dos dois ramos da antélice.	Dores e queixas na região da articulação do quadril.
Ramo inferior da antélice		
PA-51 Vegetativo	Na intersecção do ramo inferior da antélice com a hélice; em geral, ele fica um pouco escondido pela borda da hélice.	Importante ponto para restabelecer o equilíbrio vegetativo em todos os órgãos viscerais; tem ação espasmolítica e analgésica e auxilia nos casos de cólicas e queixas abdominais.
PA-52 Nervo isquiático	No ponto médio do ramo inferior da antélice.	Dores e queixas na região de inervação do nervo isquiático como, por exemplo, lombalgia isquiática e queixas resultantes da punção do ponto auricular disco intervertebral.
PA-53 Nádegas	Lateral ao ponto PA-52, em frente à união com o ramo superior da antélice.	Dores nas nádegas.
PA-54 Ponto para as dores lombares	Na intersecção dos ramos inferior e superior da antélice.	Dores na região lombar.
Fossa triangular		
PA-55 Shenmen "Portão dos Deuses"	No ângulo entre os dois ramos, contudo mais para o lado do ramo superior da antélice.	Tem ação analgésica, antiinflamatória e calmante e favorece bastante o equilíbrio psíquico; é o ponto de anestesia mais importante da orelha e é freqüentemente utilizado.
PA-56 Cavidade pélvica	No ângulo intermediário entre os dois ramos da antélice.	Dores nas regiões das costas e do quadril.
PA-57 Quadril	Na parte interna do ramo inferior da antélice, insignificantemente nasal à extremidade da fossa.	Dores na região dos quadris, por exemplo nos casos de coxartrose.
PA-58 Útero	Na fossa triangular, próximo à hélice.	Nos casos de afecções ginecológicas, de enxaquecas relacionadas com a menstruação e de queixas funcionais do aparelho locomotor; além disso estimula as contrações. Nos homens: nos casos de impotência e ejaculação precoce. **Atenção:** é contra-indicado durante a gravidez!
PA-59 Ponto para diminuir a pressão sangüínea	Na intersecção da hélice com o ramo superior, na fossa triangular.	Auxilia nos casos de hipertônus.
PA-60 Ponto da dispnéia	Posterior e caudal ao ponto PA-58.	Asma brônquica e bronquite. Este ponto, comprovadamente, apresenta-se pouco irritado, por essa razão ele é raramente utilizado. Se necessário, associá-lo com os pontos PA-31, 22, 51 e 13.
PA-61 Ponto da hepatite	Lateral ao ponto PA-58.	Auxilia nos casos de afecções hepáticas. Se necessário, associá-lo com o ponto PA-97.

Ponto	Localização	Indicações, efeito
Fossa da hélice (escafa)		
PA-62 Dedo	No ponto mais alto da escafa.	Em todos os casos de alterações dolorosas e inflamatórias nos dedos.
PA-63 Clavícula	Na escafa, aproximadamente na mesma altura do ponto PA-100 (coração).	Queixas na região da clavícula.
PA-64 Articulação do ombro	Na escafa, na altura da margem inferior da cauda da hélice.	Redução da mobilidade no ombro, por exemplo nos casos de periartrite glenoumeral.
PA-65 Ombro	Na escafa, cranial ao ponto PA-64 e próximo à hélice.	Queixas nos ombros.
PA-66 Cotovelo	Na escafa, na altura do ramo inferior da antélice.	Queixas no cotovelo como, por exemplo, epicondilite, distorção e bursite.
PA-67 Arpo	Na escafa, na altura do tubérculo (espinha) da hélice.	Queixas na região das articulações da mão, dos dedos, nos ossos do carpo e tendinite.
PA-68 Apêndice 1	Na escafa, na transição para o ramo superior da antélice.	Para analgesia nos casos de apendicectomia e apendicite crônica e aguda.
PA-69 Apêndice 2	Na escafa, na altura da cauda da hélice.	Igual ao ponto PA-68.
PA-70 Apêndice 3	Na extremidade da escafa.	Igual ao ponto PA-68.
PA-71 Zona da urticária	Na escafa, aproximadamente na altura do tubérculo (espinha) da hélice.	Urticária, picadas de insetos e prurido; é conveniente associá-lo com o ponto PA-30.
Hélice		
PA-72 Hélice (1-6)	São seis pontos na margem da orelha, entre o tubérculo (espinha) da hélice e o ponto mais inferior do lóbulo, e têm sempre a mesma distância entre si.	São pontos para orientação e sem ação terapêutica.
PA-73 Tonsilas 1	Na borda da hélice, próximo ao ponto PA-78.	Nos casos de tonsilite; tem ação linfocitária geral.
PA-74 Tonsilas 2	Na borda da hélice, na altura do ramo da hélice.	Igual ao ponto PA-73.
PA-75 Tonsilas 3	Na extremidade da hélice, na transição para o lóbulo.	Igual ao ponto PA-73.
PA-76 Fígado 1	Na borda da hélice, acima do tubérculo (espinha) da hélice.	Hepatopatias.
PA-77 Fígado 2	Na borda da hélice, abaixo do tubérculo (espinha) da hélice.	Igual ao ponto PA-76.
PA-78 Extremidade da orelha	Na extremidade superior da hélice.	Tem intensa ação analgésica e calmante. Ponto adicional para os casos de hordéolo; segundo Nogier, ele auxilia nos casos de diátese alérgica como, por exemplo, rinite, urticária e asma brônquica.
Espinha ascendente da hélice		
PA-79 Genitais externos	Na espinha ascendente da hélice, na altura do ramo inferior da antélice.	Distúrbios das funções sexuais como , por exemplo, impotência e ejaculação precoce, orquite, disúria e retenção da urina. Auxilia nos casos de enxaqueca.
PA-80 Uretra	Na altura da intersecção da espinha ascendente da hélice com a margem inferior do ramo inferior da antélice.	Inflamações dos canais condutores da urina como, por exemplo, infecção das vias urinárias, uretrite e iscúria.
PA-81 Reto	Na extremidade final da hélice, próximo à incisura anterior.	Queixas na região anal, causadas por hemorróidas e obstipação.
Ramo da hélice		
PA-82 Diafragma	Na transição entre o ramo da hélice e a espinha ascendente desta.	Na China, ele é utilizado para harmonizar o sangue em todos os casos de afecções hematológicas (p. ex., hemorragias e distúrbios menstruais); além disso, também nos casos de soluço. Segundo Nogier, este ponto corresponde ao "ponto zero" (é apenas um ponto de controle da energia).
PA-83 Ponto de ramificação	Na parte mais interna da hélice, no início do seu ramo.	Na China, ele não tem nenhuma utilidade terapêutica. Segundo Nogier, este é o ponto final do plexo solar (ponto da angústia) e auxilia nos casos de vícios e de estados de ansiedade.

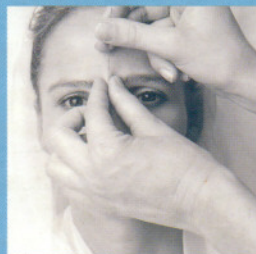
Ponto	Localização	Indicações, efeito
Na base da hélice (zona do "trato digestório")		
PA-84 Boca	Junto ao meato acústico externo, abaixo do ramo da hélice.	Afecções inflamatórias na boca como, por exemplo, estomatite e glossite. Segundo Nogier, é o ponto do nervo trigêmeo para os casos de neuralgia deste nervo. **Atenção:** perigo de colapso devido à proximidade com a inervação do nervo vago.
PA-85 Esôfago	No ponto médio abaixo do ramo da hélice.	Queixas na região do esôfago como, por exemplo, esofagite de refluxo e disfagia.
PA-86 Cárdia	Posterior ao ponto PA-85.	Gastralgia, refluxo, enjôo, sensação de plenitude e problemas funcionais no epigástrio.
PA-87 Estômago	Na região circunvizinha à extremidade final da hélice.	Gastralgia, gastrite, distúrbios alimentares, adiposidade, úlceras gástricas e duodenais e em todos os estados com enjôo e vômito. Ele auxilia nos casos de cefaléia e de síndromes psicovegetativas.
PA-88 Duodeno	Acima da extremidade final da hélice, na hemiconcha superior.	Auxilia nos casos de úlceras duodenais e colecistite crônica.
PA-89 Intestino delgado	Acima do ponto PA-82, na hemiconcha superior.	Queixas no trato gastrintestinal como, por exemplo, diarréia, doença de Crohn e dispepsia fermentativa.
PA-90 Apêndice 4	Entre os pontos PA-89 e 91.	Apendicite crônica e aguda. A acupuntura auricular francesa junta este ponto com os pontos vizinhos PA-89 e 91.
PA-91 Intestino grosso	Na hemiconcha superior, oposto ao ponto PA-84, ao longo do ramo da hélice até o ponto de intersecção entre esta e o ramo inferior da antélice (ponto da hemorróida).	Diarréia, obstipação crônica, meteorismo, hemorróidas e distúrbios funcionais do trato gastrintestinal. Auxilia nos casos de colite ulcerativa. Este ponto é freqüentemente utilizado. É recomendável que se procure o ponto mais irritado na região correspondente do intestino.
Cimba da concha		
PA-92 Bexiga	Acima do ponto PA-91.	Afecções nos sistemas urinário e genital como, por exemplo, incontinência urinária, infecção das vias urinárias, enurese noturna e bexiga irritada; e lombalgia.
PA-93 Próstata	Em frente ao ponto PA-92.	Afecções na próstata, iscúria e incontinência urinária.
PA-94 Ureter	Posterior ao ponto PA-92.	Disúria, urolitíase (com freqüência associado ao ponto PA-95).
PA-95 Rim	No ponto médio da cimba da concha.	Auxilia nos casos de distúrbios funcionais dos sistemas urinário e genital, incluindo a cápsula renal (p. ex., nos casos de afecções articulares inflamatórias). Nos casos de zumbido, afecções auditivas, queda de cabelo, fraturas, distúrbios do sono, queixas menstruais, enxaqueca e no tratamento de vícios; é um ponto utilizado com freqüência.
PA-96 Pâncreas/ vesícula biliar	Posterior ao ponto PA-95.	Distúrbios da digestão, colecistite, colelitíase e pancreatite com recidivas crônicas. Na representação chinesa: vesícula biliar à direita, pâncreas à esquerda. Segundo Nogier: vesícula biliar e pâncreas à direita, corpo e cauda do pâncreas à esquerda.
PA-97 Fígado	Na região profunda da cimba da concha, próximo à antélice e ao lado do ponto PA-96. À esquerda: projeção na região 97. À direita: projeção na região dos pontos PA-97 e 98 (é a localização que corresponde às regiões mais irritadas).	Doenças, afecções causadas por vícios (p. ex., abuso de álcool e remédios) e neuralgia intercostal. Ele também é comumente puncionado nos casos de afecções oculares.
PA-98 Baço	Inferior ao ponto PA-97 (é a localização que corresponde à região mais irritada).	Distúrbios da digestão, afecções hematológicas (p. ex., anemia), doenças da pele e incontinência urinária.
PA-99 Ascite	Entre os pontos PA-88, 89, 95 e 96.	Auxilia nos casos de afecções hepáticas.
Cavidade da concha		
PA-100 Coração	No ponto médio da cavidade da concha.	Síndromes psicovegetativas, distúrbios do sono, estados depressivos e de ansiedade, queixas cardíacas funcionais, angina de peito, distúrbios do ritmo cardíaco, hiper e hipotônus (ajuda a regular a circulação).
PA-101 Pulmão	Na região circunvizinha ao ponto PA-100.	Auxilia em quase todos os casos de doenças do trato respiratório como, por exemplo, asma brônquica e bronquite; além disso é indicado para dependência de nicotina e doenças da pele.
PA-102 Brônquios	Medial ao ponto PA-100 (coração), na margem posterior do meato acústico externo.	Inflamações dos brônquios e da traquéia.
PA-103 Traquéia	Acima do ponto PA-102.	Igual ao ponto PA-102.
PA-104 Triplo aquecedor	Abaixo do ponto PA-102.	Obstipação crônica e edemas; é raramente utilizado.

93 92 94 95 91 90 99 96 89 88 97 87 84 85 86 98 103 101 100 102 104

Ponto	Localização	Indicações, efeito
Parte posterior da orelha		
PA-105 Sulco para a diminuição da pressão arterial	No terço superior do sulco do ramo inferior da antélice.	Auxilia nos casos de hipertensão; a microssangria intensifica seu efeito.
PA-106 Porção póstero-superior da orelha	Na ponta de uma protuberância cartilaginosa na margem cranial da eminência da cimba da concha.	Dor nas costas e lombalgia isquiática. Segundo a Medicina Chinesa Tradicional, ele pode ser utilizado também nos casos de doenças da pele.
PA-107 Porção póstero-inferior da orelha	Na parte inferior da eminência da cavidade da concha.	Dores nas costas e nos ombros como, por exemplo, síndromes da coluna cervical e torácica.
PA-108 Porção póstero-mediana da orelha	Entre os pontos PA-106 e 107.	Dores nas costas.

Claudia Focks

Nascida em 1962, é doutora em medicina, tem especialização em anestesia e formação adicional em métodos naturais de tratamento.

Somado a isso, ela ainda aprofundou seus estudos sobre a Medicina Chinesa Tradicional, dentre outros lugares, na Academia de Acupuntura Chinesa [Academy of Chinese Acupuncture] (com o Dr. R. Tambijarah, Sri Lanka) e na Sociedade Médica Alemã de Acupuntura [Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur (DÄGfA)]. Passou também um semestre em Xangai estudando na Faculdade de Medicina Chinesa Tradicional.

Desde 1994, ela vem clinicando em Dortmund e em Bochum, sobretudo na área de anestesia e de tratamento para a dor, combinando a Medicina Chinesa Tradicional com a terapia neural.

Claudia Focks também é professora no curso de pós-graduação em Medicina Chinesa Tradicional na Universidade de Witten/Herdecke e co-editora do livro *Leitfaden Traditionelle Chinesische Medizin*, lançado em 1997 pela linha de compêndios clínicos da Gustav Fischer Verlag.

Este atlas de acupuntura oferece ao leitor texto e material fotográfico bastante especializados sobre os pontos mais importantes da acupuntura corporal e auricular.

Descrevem-se aqui a localização, a direção e a profundidade da picada bem como a sensação da agulha e o significado de cada ponto. Seqüências de fotos facilitam a localização do ponto e ensinam como puncioná-lo.

A combinação de uma produção gráfica de qualidade com excelentes imagens agrada esteticamente ao leitor, tornando o estudo mais prazeroso.

Este *Atlas de Acupuntura* é, portanto, um companheiro indispensável no dia-a-dia da prática clínica para todos os praticantes da acupuntura.